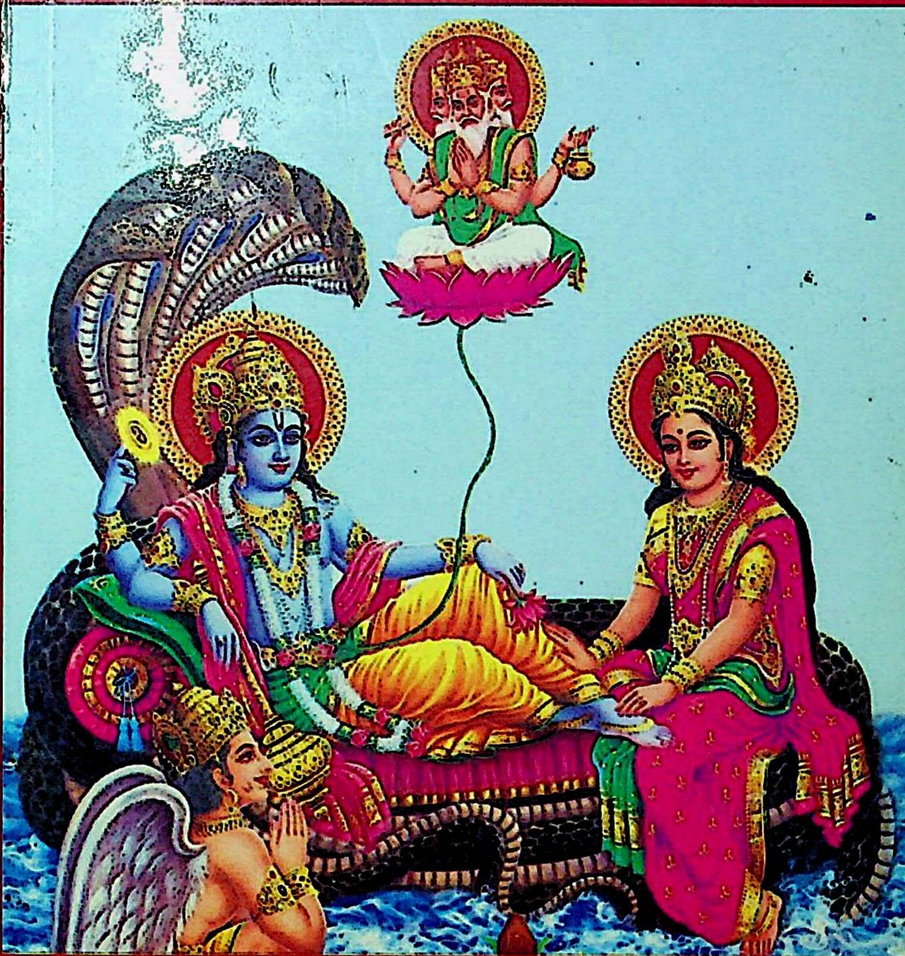
पाञ्चायन पूजा

एवं

षड्चक्र चिन्तनम्



T

गायत्री स्वरूप ब्रह्मचारी

T

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

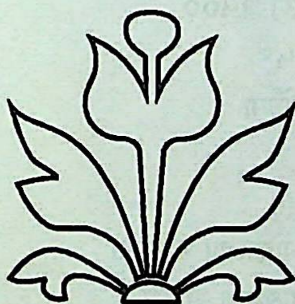
T

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

T

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

पाञ्चायन पूजा
एवं
षड्चक्र चिन्तनम्



गायत्री स्वरूप ब्रह्मचारी, वेदान्तचार्य

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

प्रकाशक एवं वितरक :
श्री गायत्रीस्वरूप ब्रह्मचारी
मुमुक्षुभवन, अस्सी, वाराणसी-५

पुस्तक प्राप्ति स्थान :
गायत्रीस्वरुपाश्रम
गोलधाप २ झापा, नेपाल

प्रथम संस्करण १५००
वि०सं० २०५९
व्यासपूजा पूर्णिमा

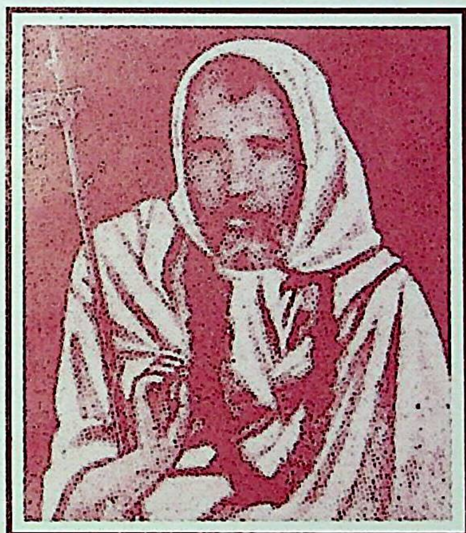
मूल्य : भगवद् भक्ति

मुद्रक : हिन्द प्रिंटिंग वर्क्स
भदैनी, वाराणसी
फोन–३१००८८

T

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

ॐ



श्रोत्रीय ब्रह्मनिष्ठ पूज्यपाद गुरुदेव श्री १०८
स्वामी योगीश्वराश्रम जी

आनन्दमात्रनिजबोधस्वरूपमेकं
नित्यैवब्रह्मविलयं त्रिगुणादतीतम् ।।
कैबल्यधामसुगतं सततं सुपूज्यं
योगीश्वराश्रमगुरुं सततं नमामि ।।

T

T

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

शुभ सम्मति

परम पूजनीय गायत्री स्वरूप ब्रह्मचारीज्यू ले लेख्नु भएको "पाञ्चायन पूजा एवं षट्चक्र चिन्तनम्" भन्ने पुस्तक मैले "स्थाली पुलाक न्याय" ले हेरैं। पाश्चात्य संस्कृति को प्रभाव प्रतिदिन बढ्दै गएकोले पाञ्चायन पूजा तर्फ मानिसहरूको रुचि घट्दै गएको छ। केही वर्ष पहिलेसम्म पाञ्चायन पूजा नगरी घरमा भोजन गर्ने ब्राह्मणलाई हेयदृष्टिले हेरिन्थ्यो र घरमा शालिग्राम पूजा नगरी खाने ब्राह्मणहरू कमै भेटिन्थे। आज ठीक त्यसको उल्टो, पूजा गरेर भोजन गर्ने कम भेटिन्छन् भने शालिग्राम पूजा नै नगरी भोजन गर्ने ब्राह्मणहरू घेरै भेटिन्छन्।

हाम्रो सनातन वैदिक धर्ममा पाञ्चायन पूजा गर्ने प्रचलन प्राचीन काल देखि चलिआएको हो। यसैलाई पञ्चदेवोपासना पनि भन्दछन्। देवी, सूर्य, गणपति, विष्णु र शिव यी पाँच देवता हरूलाई पञ्चदेव भन्दछन् र यी पाँच देवताहरूको पूजालाई पाञ्चायन पूजा भनिन्छ।

यसै पाञ्चायन पूजाको सन्दर्भलाई लिएर तपस्वी आबाल ब्रह्मचारी गायत्री स्वरूप ज्यूले ठूलो परिश्रम गरेर शास्त्रीय प्रमाण को आधारमा यो ग्रन्थ तैयार गर्नु भएको छ। यस ग्रन्थमा उहाँले एक तर्फ पाञ्चायन पूजा को विधान स्पष्ट रूपले लेखि दिनु भएको छ भने अर्को तर्फ षट्चक्रचिन्तनको प्रक्रिया पनि

लेखिदिनुभएको छ । मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपुर, अनाहत, विशुद्ध र आज्ञा र यी षड्चक्र हुन् । यी षड्चक्रहरू कहाँ छन् र तिनीहरूको चिन्तन कसरी गर्नु पर्दछ भन्ने कुरा पनि शास्त्रीय प्रमाण को आधारमा उहाँले स्पष्ट पारिदिनु भएको छ ।

मैले थाहापाए अनुसार ब्रह्मचारी ज्यू को जन्म वि० सं० १९९० साल वैसाखमा मेची अञ्चल को पाँचथर जिल्लाको शुभाङ्ग मुक्तुरा गाउँमा भएको थियो । उहाँ बाल्यकाल देखि नै भगवान् को भजन पूजनमा संलग्न हुनुहुन्थ्यो । उहाँले वदरीकाश्रममा केही समय वसी ठूलो तपस्या गर्नु भएको थियो भने उत्तराखण्ड-उत्तर काशी देखि केही माथि रेवाखण्डमा १२ वर्ष सम्म गायत्री पुरश्चरण गर्नु भएको हो । उहाँ को मुखमण्डल सधैँ ब्रह्म तेजले प्रदीप्त देखिन्छ । अहिले उहाँ मुमुक्षु भवन वाराणसीमा निवास गर्नुहुन्छ । म उहाँलाई धेरै वर्ष पहिले देखिनै राम्रोसंग जान्दछु र उहाँको तपोमय र वैपुष्य पूर्ण जीवनबाट निकैनै प्रभावित छु । उहाँले दक्षिणामूर्ति संस्कृत महाविद्यालय वाराणसीमा अध्ययन गरी सम्पूर्णानन्द संस्कृत विश्वविद्यालयबाट शाङ्करवेदान्तमा आचार्य पास गर्नु भएको छ ।

अतः यस्ता तपस्वी आबाल ब्रह्मचारी विद्वान् बाट लेखिएको यो पाञ्चायन पूजा र षट् चक्र चिन्तन भन्ने पुस्तक अति शीघ्र प्रकाशित भई धर्म प्रेमी सज्जनहरू को समक्ष आवोस् भन्ने हार्दिक शुभ कामना गर्दछु र साथै भगवान् पशुपतिनाथले उहाँलाई सुस्वास्थ्य र दीर्घायुष्य प्रदान गरून् भन्ने कामना पनि गर्दछु । जसबाट

T

उहाँका पवित्र करकमलद्वारा यस्तै ग्रन्थरत्नहरू फेरि फेरि पनि प्रकाशित भई रहून् भन्ने शुभ कामना का साथ आफ्नो लेखनीलाई यहीँ नै विश्राम दिन चाहन्छु ।

स्वामी रामानन्द गिरि
महेश सन्यास आश्रम
देवघाटधाम, तनहूँ, नेपाल
मिति० १८-४-५५

T.

हार्दिक सम्मति

श्रद्धेय वेदान्ताचार्य ब्रह्मचारी गायत्रीस्वरूपजी संग मेरो केही वर्ष अगाडि वाराणसी असीमा भेट भएको थियो । त्यसै समयमा वहाँले लेख्नु भएको "गायत्री मञ्जरी" ग्रन्थ मैले पाएको थिएँ । त्यस समयदेखि बराबर भेटघाट राम्रो परिचय भएको हो । बाल्यावस्था देखि नै गार्हस्थ्यवाट विमुख भएर भगवद्भजन, तपश्चर्या, गायत्री पुरश्चरण आदि सत्कर्मानुष्ठान सहित स्वाध्याय, मनन्मानै उहाँको जीवन संचलन भइरहेको देखिन्छ । हाल पुनः 'पाञ्चायन पूजा एवं षड्चक्र चिन्तनम्' नामक पुस्तक लेख्नु भएको रहेछ। मैले सामान्य अवलोकन गर्ने मौका पाएँ । काशीमा नै आफ्नो आध्यात्मिक जीवन विताई रहेता पनि आफ्नो जन्मभूमि नेपाल र नेपालीको कल्याणको कामनाले द्विजातिको निंति अति उपयोगी मातृभाषा नेपालीमैं पुस्तिका लेखेको देख्दा हृदय अत्यन्त प्रसन्न भएको छ हिन्दु हरूको घेरै जस्तो घर नै मन्दिर थियो, स्वाहा, स्वधा, घण्टा, शङ्ख, वैदिक ध्वनि नभएका घर विरलै हुन्थे विप्रहरू गायत्री जप नगरी भोजन ग्रहण गर्दैनथ्ये । समय-काल चक्रको परिवर्तनमा आज त्यो दुर्लभ भइरहेछ । तापनि त्यो समय पनि पुनः आउने छ । देहको अवस्था जस्तो देशको एवं समष्टि विश्वको पनि परिवर्तन अवश्य हुन्छ । अर्थ र भोगवाट विरक्त भएर पुनः धर्म र मोक्ष मार्गमा समाजको प्रवृत्ति फेरि दृष्टि गोचर

हुनेछ । सत्शास्त्र हरू र सज्जनहरूको मान मर्यादा पूर्ववत् आउन सक्छ ईश्वरीय सनातन विधानको ह्रास र विकास हुनु प्राकृतिक लीला मात्र हो । वस्तुतत्त्व निर्विकार र अखण्ड छ । त्यसको अनुभूतिको साधन बुद्धि हो, बुद्धिलाई निर्मल पवित्र एवं शान्त न बनाए त्यसको अनुभव हुन न सक्ने हुनाले नित्य र नैमित्तिक कर्मानुष्ठान एवं उपासना-अर्चा देव पूजाको आवश्यक छ ।

यी सबै कुरालाई ध्यानमा राखी श्रद्धालु जनताको केवल परोपकारको भावनाले ब्रह्मचारीजीले बडो परिश्रम गरी सप्रमाण तयार गर्नु भएको यस ग्रन्थ को सर्वत्र धार्मिक जगत्मा प्रचार प्रसार होस् र लेखक को पुनः पुनः यस्ता कर्मोपासना एवं ब्रह्म परक ग्रन्थ लेखने शक्ति र सामर्थ्य तदनु कूल शरीर को स्वस्थता दीर्घायु मिलोस् भनी भगवान् संग प्रार्थना गर्दै विश्राम लिन्छु ।

२०५५/४/२, कृष्णाकान्त अधिकारी

लमजुङ्डाडा, हाल लैनचौर,

काठमाण्डौ

T

ग्रन्थकारको संक्षिप्त परिचय

विद्यानिधिं सकलवेदबिदां बरिष्ठं
निष्किञ्चनार्ति हरणैक धियं सुधीन्द्रम् ।
वेदान्तवेद्य शिवरूपमहं स्मरन्तं
आचार्य वादमनिशं शिरसा नमामि ।।
जो शास्त्रको सार छ त्यो विचारमा
विचारलाई व्यवहार भारमा ।
जस्ले लगायो दृढता लिईकन
स्वरूप जान्यो त्यसले सनातन ।।

आचार्यवर श्रोत्रियं ब्रह्मनिष्ठ श्री १०८ गायत्री स्वरूप गुरु ज्यूको जन्म कौशिक गोत्रीय रेग्मी कुलमा वि०सं० १९९० साल वैशाखमा पिता पं० श्री जनक लाल रेग्मी र माता यशोदा देवीका जेष्ठ पुत्ररत्नको रूपमा मेची अञ्चल को पाँचथर जिल्ला सुभाङ्ग गा०वि०सं० वार्ड नं० ५ मा भएको हो । वहाँको पूर्व नाम पुण्यप्रसाद रेग्मी थियो । वहाँ बाल्यकाल देखिनै अलौकिक भक्तिमय प्रतिभा सम्पन्न हुनुहुन्थ्यो । आफ्ना सहपाठी साथी हरूले लौकिक खेल खेल्न प्रोत्साहित गर्दा पनि वहाँ आफ्ना साथीहरूलाई सम्बोधन गर्दै भन्नु हुन्थ्यो, यो मानव जीवन यस्ता खेल खेल्नका लागि होइन्न अपितु भगवद् भजनद्वारा अन्तःकरण निर्मल गरेर

आफ्ना हृदयरूपी दहराकाशमा स्थित सच्चिदानन्दधन परब्रह्म परमात्मा लाई प्राप्त गर्नका लागि हो, भनेर वहाँ उनी हरूलाई जप, ध्यान र कीर्तन आदि गर्न सिकाउँदै मैत्री, दया, करुणा र प्रशन्नता जस्ता गरिमामय गुणलाई सर्वोपरि जीवन मूल्यको रुपमा सकार्न प्रेरणा दिनु हुन्थ्यो । स्वयं आफू पनि भगवद् ध्यान र मन्त्र जपगर्न अति श्रद्धा गर्नुहुन्थ्यो, गाई दुहुन जाँदा समेत देब्रे हातमा ढुंग्रो बोकेर दाहिने हात गोमुखी भित्र राखेर एक माला जप गर्नु हुन्थ्यो भने फर्केर आउँदा पनि त्यसैगरी एक माला जप गर्ने वहाँ को बानीथियो । यसरी वहाँले प्रत्येक दिन दश हजार श्री राम तारक मन्त्रको जप गर्ने संकल्प गर्नु भएको थियो । यदा-कदा उक्त संख्या दिन भरिमा पनि न पुगे रातभरि जपेर पनि आफ्नो संकल्प पुरा गरेरै छोड़ने वहाँको सहज स्वभाव बनेको थियो । गाई चराउन वनमा जाँदा देब्रे काखीमा लौरो च्यापरे दाहिने हातले माला जप्तै एकाग्र चित्तले हिंडेको देखेर सबै सहपाठी साथीहरू मात्र नभएर ठूला-ठूला विद्वान् पंडितहरू पनि वहाँको प्रशंसा नगरी रहन सक्दैन थे ।

उपनयन संस्कार गर्नु भन्दा पहिले नै वहाँले श्री योगानन्द गुरूसंग राम तारक मन्त्र विधिवत् श्रवण गरिसक्नुभएको थियो र विशेषतः वहाँ "श्री राम राम राम" यही मन्त्र जप्नु हुन्थ्यो । यो मन्त्रद्वारा भघवान राम प्रशन्न भएर दर्शन दिनु भएको कुरा वहाँकै रचना 'विष्णु समर्चा' नामक पुस्तकका "दिव्य दर्शन" शीर्षक बाट स्पष्ट हुन्छ ।

आठ वर्षको उमेरमा उपनयन संस्कार भएपछि श्री योगानन्द गुरूकै सान्निध्यमा रहेर गीता, सप्तशती, रूद्राष्टाध्यायी र शुक्ल यजुर्वेद कण्ठस्थ गर्नुका साथै षड्चक्र चिन्तनका माध्यमले जन्मजन्मान्तरीय सांसारिक सम्पूर्ण संस्कारलाई समाप्त पार्दै पुण्य प्रसादबाट गायत्री स्वरूपमा परिणत भई वहाँ १८ वर्षको उमेरमा बद्रीनारायणमा छ महिला र बद्रीनारायणको पट (ढोका) बन्द भए पछि त्यो भन्दा पनि माथि व्यास गुफामा गएर केही समयसम्म अलौकिक तपस्या गर्न सफल हुनुभयो ।

तत्पश्चात् कैलास पर्वत जाने विचारले प्रस्थान गर्नु भएको भएतापनि उत्तरकाशी देखि १४ माइल-माथि गंगा किनार रेवाखण्डमा पुग्दा त्यो विचार दैव संयोग गायत्री पुरस्चरण गर्ने विचारमा परिवर्तन भयो जसको फलस्वरूप त्यहीं १२ वर्ष सम्मबसेर गायत्री पुरस्चरण, पञ्चाक्षरी, द्वादशाक्षरी र गणेश मन्त्रको समेत पुरश्चरण गरी स्वनामधन्य हुनुभयो । त्यसपछि चारधामादि समस्त (६४) तीर्थ यात्रा गरेर माता पिताको दर्शन गर्नु जन्मभूमि पाँचथर पुग्नुभयो केही दिन माता पितासँग बसी पुनः आफ्ना गुरू योगाश्रमका सान्निध्यमा पुग्दा—"ब्रह्मनिष्ठ हुनुका साथै श्रोत्रिय हुनु मानव जीवनको ठूलो सौभाग्य हो" भन्ने गुरूको प्रेरणा पाएर-४६ वर्षको उमेरमा दण्डी परम्परा द्वारा परिचालित वाराणसी स्थ मुमुक्षु भवन आश्रममा बसी संपूर्णानन्द संस्कृत विश्वविद्यालय अन्तर्गत श्री दक्षिणामूर्ति संस्कृत महाविद्यालयबाट-वेदान्ताचार्य प्रथम श्रेणीमा, सम्वत् २०३६ मा उत्तीर्ण-गर्नुभयो ।

वहाँ स्वयंमा सौम्य-शान्तमूर्ति हुनुहुन्छ । इष्टदेवताको रूपमा भगवान् गणेशलाई हृदयतः स्वीकार्नु हुन्छ तापनि विष्णुपाञ्चायन देवताको पूजा रामगीता, नारायणो पनिषद्, गजेन्द्रमोक्ष र गीता पाठ नगरी औषधि सम्म पनि खानु हुन्छ । पानी पनि (आफैं तताएर ग्रहण गर्ने स्वयं पाक व्रत अटुट-रूपमा कर्तव्य दृष्टिले पालन गर्दै महाविद्यालय एवं विश्वविद्यालयबाट आफ्ना कुटीमा पढ़न आएका जिज्ञासु विद्यार्थीहरूलाई वेद-वैदान्त र व्याकरण परमार्थ दृष्टिले वडो रुचीका साथ पढाउनु हुन्छ । वहाँ हृदयतः काशी मै वसेर आध्यात्मिक साधना द्वारा समय व्यतीत गर्न चाहानु हुन्छ तापनि भक्तहरू का भावनालाई नकार्न नसक्दा यदा कदा भ्रमण गर्ने क्रममा भारतका अधिकांश प्रान्त र नेपालका पनि प्रायः सवै जिल्ला भ्रमण गरिसक्नु भएको छ । ९ पटक रामेश्वरको र ५ पटक चारधाम गरिसक्नु भएको पञ्चदेवो पासना द्वारा परब्रह्म परमात्मा लाई प्राप्त गर्न अहं भूमिका निर्वाह गरोस् भन्ने उद्देश्यले परोपकारार्थ लेख्नु भएको यो "पाञ्चायन पूजा एवं षट्चक्र चिन्तनम्" नामक ग्रन्थ भगवदाराधनाकालागि अत्यन्त उपयोगी हुने कुरा निर्विवाद छ । यो ग्रन्थ शास्त्रीय सिद्धान्तर आफ्ना अनुभवमा आधारित छ । वहाँका ज्ञान, भक्ति र निष्काम कर्मरूपी अनुभूति भरिएका कृतिहरू-'भगवत् समर्चा' (संस्कृतमा) 'विष्णु समर्चा' र 'गायत्री मञ्जरी' प्रकाशित मै सकेका छन् र अरूपनि प्रकाशोन्मुख कृतिहरू प्रशस्तै छन् ।

'ब्रह्मवेद ब्रह्मैव भवति' को आधारमा ब्रह्ममय भएका यस्ता

सन्मार्गमा संलग्न सच्चा सज्जनको परिचयले भगवान्का भक्तहरूलाई साधना मार्गमा अगाडि वड्न ठूलो प्रेरणा मिल्ने हुनाले श्री गुरुदेवको संक्षिप्त परिचय लेख्ने जमर्को गरेको हुँ । अन्त्यमा गुरुदेवको दीर्घायु एवं सुस्वास्थ्यको कामनागर्दै अनाथनाथ पशुपतिनाथ सँग प्रार्थना गर्दछु—

विश्वानि देवसवितर्दुरितानि परासुब ।
यद्भद्रन्तन्न आशुव
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः

उप-प्रा० भवानी प्रसाद खतिवडा
वेदान्तविभाग
वाल्मीकि क्याम्पस, काठमाण्डौं, नेपाल



भूमिका

सर्व प्रथम प्रातकाल ब्रह्ममुहूर्तमा उठेर षड्चक्रको अथवा आफ्ना इष्टदेवरूप परमात्माको चिन्तन गरेर शौच स्नानादि एवं गायत्री जपादि नित्यकर्म गरिसके पछि पाञ्चायन देवताको पूजन गर्ने विधान विविध शास्त्रमा वर्णन गरेको छ । गृहस्थाश्रममा अर्थात् आफ्ना घरमा सुख शान्तिको अभिलाशा गर्ने सद्धालु भगवत्प्रेमिजनहरूका निमित्त पाञ्चायन देवताको पूजा वाञ्छा कल्पतरु छ अर्थात् कल्पवृक्षका समान फल दिने वाला छ । प्रतिदिन सविधि पूजा हुन सकेन भने पनि यथाशक्ति गर्दा हुन्छ श्रद्धाभक्ति मात्र चाहिन्छ । गीतमा भगवानले भन्नु भएको छ—

पत्रं पुष्पं फलं तोयं यो मे भक्त्या प्रयच्छति ।
तदहं भक्त्युप हृतमस्नामि प्रयतात्मनः ।।

(श्रीमद् भगवद्गीता अ०९ श्लोक २६ मा) पत्र, पुष्प, फल, जल, इत्यादि जो उपलब्ध हुन्छ, भक्ति पूर्वक म सच्चिदानन्द स्वरूपमा जो समर्पण गर्दछ, त्यस्ता प्रेमी भक्तजनले अर्पण गरेका पत्रपुष्पादिलाई म प्रेमपूर्वक स्वीकार गर्दछु । त्यसकारण गृहस्थ हरूले आफ्ना स्वधर्मलाई प्रतिपालन गर्दा छँदा भक्तिपूर्वक प्रतिदिन दत्त चित्त भएर पाञ्चायन देवताको पूजा गर्दछन् भने तिनीहरूका सकल कामना पूर्ण हुन्छन् अर्थात् धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष, यी चतुर्विध पुरुषार्थ सिद्ध हुन्थन् । त्यस कारण पाञ्चायन पूजाको अवर्णनीय विशेष महत्व छ । आजसम्म नेपालमा कतिपय श्रद्धालुजनहरूले परंपरा देखि चलिआएको पाञ्चायन देवताको पूजा गर्दैनैं छन् । यसैगरि भविष्यमा पनि पाञ्चायन पूजा गर्ने श्रद्धा

भक्ति बढ़दै गरोस् भन्ने अभिलाशा गरी श्री गुरुदेव श्रोत्रीय ब्रह्मनिष्ठ १०८ श्री स्वामी योगीश्वराश्रमज्यू का शुभ आशीर्वादले र हृदयस्थित ईश्वरीय प्रेरणाले गर्दा स्वबुध्यनुसार श्रुतिस्मृतिपुराणहरू बाट पाञ्चायन देवताको उपासना र बलिवैश्वदेव सम्बन्धि प्रमाणहरू एकत्रगरि कतिपय भाषाटिका समेत उल्लेखन गरी परोपकारार्थ पाञ्चायन पूजा पुस्तक प्रस्तुत गरिएको छ । यसमा पाञ्चायनपूजा गर्ने दिशाक्रम, पञ्चदेवका उत्तममूर्तिहरूको महत्व, त्याज्य, ग्राह्य, साजी, वासी, जल, कुश र पुष्पहरूको वर्णन, पञ्चदेव मध्ये कुन देवतालाई कुन चिज प्रिय लाग्दछ, कुन अप्रिय लाग्दछ, पूजागर्दा के फल पाइन्छ इत्यादि यस पुस्तकमा उपलब्ध छन् । यसमा विशेष गरी अजपा को विधान, प्रणवमुद्रा, प्रणव प्रणायाम, इडा, पिङ्गला, सुषुम्ना नाडी बाट चल्ने प्राँच प्राणवायु को गति, प्राणवायु वाह्यभ्यन्तर चल्दा हुने शब्द स्वर ज्ञान, अजपाजपसङ्कल्प, स्वासकोगति, षड्चक्रको चिन्तन, तदधिठात्री देवताको मानसिक पूजा, ब्रह्मचिन्तनको स्थिति र अजपाजप विधान, इत्यादिले गर्दा यो पुस्तक संग्रहणीय भएको छ ।

उपर्युक्त यथार्थ तत्त्व जानन इच्छा गर्ने श्रद्धालु भगवत्प्रेमीजहरूले यसको अध्ययन मनन गरी लाभ उठाउन भन्ने अभिलाषा गर्दै सश्रद्धा सच्चिदानन्दरूप परमात्मामा समर्पण गर्दछु ।

मात्रै लोकैषणा यो छ कि सवैको परमात्मा श्रद्धाभक्ति बढोस् भनी ईश्वर सँग प्रार्थना गर्दछु ।

विनीत:-

गायत्रीस्वरूप ब्रह्मचारी

T

।। श्री परमात्मने नमः ।।

विषय-सूची

T

T

विषय	पृ०सं०

●

T

T

T



T

पाञ्चायन देवता

प्रात:काल ब्रह्ममुहूर्तमा उठेर षड्चक्रको चिन्तनगरी शौच स्नान सन्ध्योपासनादि[१] नित्यकर्म गरिसकेपछि स्वगृहमा-सुखसमृद्धिको इच्छा गर्नें एवं मोक्षको इच्छा गर्नें भगवत्प्रेमीजनहरूका प्रति पाञ्चायन देवताको पूजा श्रुतिस्मृतिपुराण हरूमा अत्युत्तम मानिएको छ । स्वधर्म प्रतिपालन र सुख शान्ति तथा पुत्रपौत्रादिले सम्पन्न भई परलोकमा पनि उत्तम मोक्षपद पाइने हुनाले पाञ्चायन पूजा सर्वश्रेष्ठ मानिन्छ ।

---

१. विप्रो वृक्षो मूलकान्यत्र सन्ध्या
वेदः शाखा धर्मकर्माणि पत्रम् ।
तस्मान्मूलं यत्नतो रक्षणीय
छिन्ने मूलं नैव वृक्षो न शाखा ।।

—देवी भा० ए० स्क० अ० १७

ब्राह्मण वेदरूप वृक्ष हुन्, त्यो वेदरूप वृक्षको मूल सन्ध्या हो, हाँगा वेदका शाखा हुन्, धर्मकर्महरू पात हुन् । त्यसकारण फेदको यत्नपूर्वक रक्षा गर्नु पर्दछ । मूलै नष्ट भयोभने वृक्ष र शाखा केही पनि रहँदैनन् ।

तस्मान्नित्यं प्रकर्तव्यं सन्ध्योपासनमुत्तमम्
तदभावेऽन्यकर्मादौवधिकारी भवेन्न हि ।।

—देवी भा०ए० स्क० अ० १६

त्यसकारण उत्तम सन्ध्योपासना (गायत्री को उपासना) प्रतिदिन गर्नु कर्तव्य हो । सन्ध्योपासनाविना अरुकर्म गर्नें अधिकार हुँदैन ।

T

पञ्चायतन पूजां च ततः कुर्यात् समाहितः ।
शिवां शिवं गणपतिं सूर्यं विष्णुं तथाऽर्चयेत् ।।

—देवी भा० ए० ए० क० अ० १७

प्रातः सन्ध्योपासनानन्तर समाहित चित्त गरेर पार्वती-देवी, शिव, गणपति, सूर्य र विष्णु को पूजा गरियोस् ।

गणेशो भास्करो देवी शिवो विष्णुश्च पञ्चमः ।
पञ्चायतन नामानः कथिताः पञ्चदेवताः ।।

—अग्निस्थापना विधौ

एवं गणेश, सूर्य देवी, शिव, विष्णु यिनै पञ्चदेवलाई पाञ्चायन देवता भनेर कथन गरेका छन् ।

शैवाः सौराश्च गाणेशाः वैष्णवाः शक्तिपूजकाः ।
मामेव[1] प्राप्नुवन्तीह वर्षाम्भः सागरं यथा ।।

—पदम् पु० कार्तिकमहात्म्य

---

१. शिवो ममात्मा मम शक्तिराद्या
बुद्धिर्गणेशो मम चक्षुरर्कः ।
ये भेदबुद्ध्या मनुजा यजन्ति
पूजा फलं ते न हि प्राप्नुवन्ति ।।

विष्णु भगवान् भनिवक्सनु हुन्छ—मेरा आत्मा शिवजी हुन्, मेरी शक्ति (पालनशक्ति) देवी हुन्, मेरो बुद्धि गणेश हुन्, मेरा नेत्र सूर्य हुन्, म विष्णु भएँ। हामी पञ्चदेवमा भेदबुद्धि गरेर जो पूजा गर्दछन् ती मनुष्यले पूजाको फल प्राप्त गर्न सक्तैनन् । भेदबुद्धि नगरी पूजा गर्ने मनुष्यहरूले सकल मनोरथ पूर्ण गर्न सक्तछन् ।

ॐ

★ श्री परमात्मने नमः ★



T गायत्रीस्वरूप ब्रह्मचारी, वेदान्ताचार्य

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

पाञ्चायन देवता

प्रातःकाल ब्रह्ममुहूर्तमा उठेर षड्चक्रको चिन्तनगरी शौच स्नान सन्ध्योपासनादि[१] नित्यकर्म गरिसकेपछि स्वगृहमा-सुखसमृद्धिको इच्छा गर्ने एवं मोक्षको इच्छा गर्ने भगवत्प्रेमीजनहरूका प्रति पाञ्चायन देवताको पूजा श्रुतिस्मृतिपुराण हरूमा अत्युत्तम मानिएको छ । स्वधर्म प्रतिपालन र सुख शान्ति तथा पुत्रपौत्रादिले सम्पन्न भई परलोकमा पनि उत्तम मोक्षपद पाइने हुनाले पाञ्चायन पूजा सर्वश्रेष्ठ मानिन्छ ।

---

१. विप्रो वृक्षो मूलकान्यत्र सन्ध्या
वेदः शाखा धर्मकर्माणि पत्रम् ।
तस्मान्मूलं यत्नतो रक्षणीय
छिन्ने मूलं नैव वृक्षो न शाखा ।।

—देवी भा० ए० स्क० अ० १७

ब्राह्मण वेदरूप वृक्ष हुन्, त्यो वेदरूप वृक्षको मूल सन्ध्या हो, हाँगा वेदका शाखा हुन्, धर्मकर्महरू पात हुन् । त्यसकारण फेदको यत्नपूर्वक रक्षा गर्नु पर्दछ । मूलै नष्ट भयोभने वृक्ष र शाखा केही पनि रहँदैनन् ।

तस्मान्नित्यं प्रकर्तव्यं सन्ध्योपासनमुत्तमम्
तदभावेऽन्यकर्मादौवधिकारी भवेन्न हि ।।

—देवी भा०ए० स्क० अ० १६

त्यसकारण उत्तम सन्ध्योपासना (गायत्री को उपासना) प्रतिदिन गर्नु कर्तव्य हो । सन्ध्योपासनाविना अरुकर्म गर्ने अधिकार हुँदैन ।

T

पञ्चायतन पूजां च ततः कुर्यात् समाहितः ।
शिवां शिवं गणपतिं सूर्यं विष्णुं तथाऽर्चयेत् ।।

—देवी भा० ए० ए० क० अ० १७

प्रातः सन्ध्योपासनानन्तर समाहित चित्त गरेर पार्वती-देवी, शिव, गणपति, सूर्य र विष्णु को पूजा गरियोस् ।

गणेशो भास्करो देवी शिवो विष्णुश्च पञ्चमः ।
पञ्चायतन नामानः कथिताः पञ्चदेवताः ।।

—अग्निस्थापना विधौ

एवं गणेश, सूर्य देवी, शिव, विष्णु यिनै पञ्चदेवलाई पाञ्चायन देवता भनेर कथन गरेका छन् ।

शैवाः सौराश्च गाणेशाः वैष्णवाः शक्तिपूजकाः ।
मामेव[1] प्राप्नुवन्तीह वर्षाम्भः सागरं यथा ।।

—पदम् पु० कार्तिकमहात्म्य

---

१. शिवो ममात्मा मम शक्तिराद्या
बुद्धिर्गणेशो मम चक्षुरर्कः ।
ये भेदबुद्ध्या मनुजा यजन्ति
पूजा फलं ते न हि प्राप्नुवन्ति ।।

विष्णु भगवान् भनिवक्सनु हुन्छ—मेरा आत्मा शिवजी हुन्, मेरी शक्ति (पालनशक्ति) देवी हुन्, मेरो बुद्धि गणेश हुन्, मेरा नेत्र सूर्य हुन्, म विष्णु भएँ । हामी पञ्चदेवमा भेदबुद्धि गरेर जो पूजा गदर्छन् ती मनुष्यले पूजाको फल प्राप्त गर्न सक्तैनन् । भेदबुद्धि नगरी पूजा गर्ने मनुष्यहरूले सकल मनोरथ पूर्ण गर्न सक्तछन् ।

T

श्रीकृष्ण आज्ञागर्नुहुन्छ—शिव, सूर्य, गणेश, विष्णु, शक्ति (दुर्गा), यी पाञ्चायन देवता को पूजागर्ने मनुष्यहरू ममानै प्राप्त हुन्छन् । जस्ता प्रकारले वर्षाको जल समुद्रमा गएर प्राप्त हुन्छ ।

अहं विष्णुश्च सर्वश्च देवी विघ्नेश्वरस्तथा ।
एकोऽहं पञ्चधा जातो नाट्ये सूत्रधरो यथा ।।

—सनत्कुमार सिहतायाम्

श्री सूर्य आज्ञागर्नु हुन्छ—नाटकमा सूत्रधार झैं एउटै मैले सूर्य, विष्णु, शिव, देवी, गणेश, यिनै पाँच प्रकारका रूप धारणा गरेको छु ।

आदित्यं गणनाथं च देवीं रुद्रं च केशवम् ।
पञ्चदैवत्यमित्युक्तं सर्वकर्मसु पूजयेत् ।।

—मत्स्य पुराण

यस प्रकार सूर्य, गणेश, देवी, शिव, विष्णु, यिनै पाञ्चायन देवता भनेर कथन गरेका छन् । यी पाञ्चायन[1] देवतालाई संपूर्ण शुभकर्ममा पूजागर्नु, अत्युत्तम हुन्छ ।

---

१. एकस्यतेऽर्चनादेव पञ्चायतन पूजनम् ।
जायतेऽन्यसूरे चैवं स्भवोनहि सर्वथा ।।

—स्कन्दपुराण-श्रावण म० अ०१

शिवजी वारे श्री सनन्तकुमार भनिवक्सिन्छ-केवल हजुरको पूजा गर्दा पञ्चायतन को पूजा हुन्छ, अरु एक देवताको पूजा गर्दा पाँचै देवताको पूजा हुँदैन । अर्थात् जुन देवताको पूजा गरिन्छ उनै देवताको मात्रै पूजा हुन्छ अरुको हुँदैन । तर शिवजीको पूजा गर्दा चाँहि पाञ्चायन

T

निर्विघ्न गणपात् सूर्यादारोग्यं शत्रुनाशनम् ।
देव्याधनं महेशाच्च मोक्षमिच्छेज्जनार्दनात् ।।

गणेशको पूजा गर्दा निर्विघ्न पूर्वक कार्य सिद्ध हुन्छ, सूर्यको पूजा गर्दा आरोग्य मिल्दछ, देवीको पूजागर्दा शत्रुनाश हुन्छन् । शिवजी को पूजा गर्दा ज्ञानरुप धन र ऐश्वर्यवान् हुन्छ, विष्णुको पूजा गर्दा मोक्षपद प्राप्त गर्दछ । त्यस कारण पाञ्चायन पूजाको ठुलोमहत्व छ ।

स्वगृहमा सदा सर्वदा सुखसमृद्धि को इच्छा गर्ने धर्मावलम्बी

देवताकै पूजा हुन्छ । किन भने :—

स्वयं शिवत्वं वामोरौ शक्तिर्गणपतिस्तथा ।
दक्षिणोरावक्षिण सूर्यो हृदये भक्तराड् हरिः ।।

—स्कन्द पु०-श्रावण म० अ १

हजुर स्वयं शिवजी होई वक्सिन्छ, हजुरका वाम-जङ्घामा पार्वतीको निवास छ, दक्षिण जङ्घामा गणेशको निवास छ, नेत्रमा सूर्यको निवास छ, हृदयमा भक्तवत्सल, हरिको निवास छ । त्यसर्थ हजुरको पूजा गर्दा पाञ्चायन देवताकै पूजा हुन्छ ।

उतामृतत्वस्येशान मन्त्रलिङ्गेन सूक्तके ।
पौरुषे प्रतिपाद्योऽसि इति प्राहुमहर्षयः ।।

—स्कन्दपुराण-श्रावण म०अ० १

श्री सनत्कुमार भनिवक्सिन्छ—हे शिव ! उतामृतत्वस्येशान अर्थात् ॐ पुरुषऽ एवेद ँ सर्वं यद्भूतं यच्च भाव्यम् ।। उतामृतत्वस्येशानो यदन्नेना तिरोहति ।। भन्ने पुरुषसूक्त को मन्त्र हजरको बोधक हो । यो पुरुषसूक्त का मन्त्रले हजुरलाई प्रतिपादन गेरेको छ भनेर महर्षिगण हरूलें वर्णन गरेका छन् !

गृहस्थजन हरूले एकाग्रमन गरी स भक्ति पाञ्चायन देवता को पुजागर्नु भनेर विविध[1] शास्त्रहरूमा विधान गरेको छ । त्यसर्थ पाञ्चायन पूजा गर्नें मनुष्य ऐश्वर्यवान् भई अन्त्यमा मोक्षपद प्राप्तगर्न सक्त छ ।

एषां तु जन्म साफल्यं तेषां श्रद्धा तु जायते ।
एषांतु जन्म सांकर्य तेषां श्रद्धा न जायते ।।

—देवी भा०ए०स्क० अ० १८

जसको जन्म सफल छ उनैलाई पाञ्चायन पूजामा श्रद्धा हुन्छ, जसको जन्म सांकर्य (संशय) युक्त छ उनैलाई पाञ्चायन पूजामा श्रद्धा हुदैन ।

य एवं कुरुते भक्त्या महापातक्र संयुतः ।
उपपातक युक्तोऽपि मुच्यते सर्व पातकैः ।।

—देवी भा०ए०स्क० अ० १८

जो यस प्रकार पाञ्चायन देवता को पूजा गर्दछ त्यो मनुष्य महापातक उपमहापातक भएपनि पाप बाट छुद्तछ (उत्तम गतिमा प्राप्त हुन्छ) ।



१. करि मज्जनु पूजहिं नरनारी, गणपगौरी त्रिपुरारि तमारी ।
रमा रमनपद बन्दि बहोरी, विनवहिं अंजुलि अंचल जोरी ।।

-रामचरितमानस

प्रातकालमा स्नान सन्ध्यादि नित्यकर्म गरिसके पछि विनय पूर्वक अञ्चल सहित अञ्जुलिपुट बाँधेर नरनारीहरू गणेश, गौरी, शिव, सूर्य, र विष्णु यिनं पञ्चदेवलाई पूजन गरेर इच्छित फल माग्दछन् ।

T

पाञ्चायन स्थापना गर्ने दिक्क्रम

शम्भौ मध्यगते हरीनहरभू देव्यो हरौ शङ्करे-
भाष्येनागसूता रवौ हरगणेशाजाम्विका स्थापिता ।
देव्यां विष्णु हरेकवक्त्ररवयो लम्वोदरे ऽजेश्वरे-
नाम्वा शङ्करभागतोऽपि सुखदा व्यत्यास्तु हानिपदा ।।

—वोपदेवोक्त धर्मसिन्धौ

१. शम्भौमध्यगते—माझमा शिवजीको स्थापना गर्दा ईशान कोणमा हरि (विष्णु) को, आग्नेय कोणमा इन (सूर्य) को, नैऋत्य कोणमा हरभू (गणेश) को, वायव्य कोणमा देव्यो (देवी) को, स्थापना गर्नु ।

२ हरौ मध्यगते—माझमा हरि (विष्णु) को, स्थापना गर्दा ईशान कोणमा शङ्कर (शिवजी) को, आग्नेय कोणमा इभास्य (गणेशजी) को, नैऋत्य कोणमा इन (सूर्य) को, वायव्य कोणमा अगसुता (देवी) को स्थापना गर्नु ।

३. रवौ मध्यगते—माझमा रवि (सूर्य) को स्थापना गर्दा ईशानमा हर (शिवजी को), आग्नेय कोममा इभाष्य (गणेशजी) को, नैऋत्य कोणमा अज (विष्णु) को, वायव्य कोणमा अम्विका (देवी) को स्थापना गर्नु ।

४. देव्यां मध्यगतायां—माझमा देवीको स्थापना गर्दा ईशान कोणमा विष्णु को, आग्नेय कोणमा हर (शिवजी) को, नैऋत्य

कोणा एवक्त्र (गणेश) को, वायव्य कोणमा रवि (सूर्य) को स्थापना गर्नु ।

५. **लम्वोदरे मध्यगते**—माझमा लम्वोदर (गणेशजी) को, स्थापना गर्दा ईशान कोणमाअज (विष्णु) को, आग्नेय कोणमा ईश्वर (शिवजी) को, नैऋत्य कोणमा इन (सूर्य) को, वायव्य कोणमा अम्वा (देवी) को, स्थापना गर्नु । शङ्कर भाग ईशान कोणवाट प्रारम्भ गरेर पूजा गर्दा पञ्चदेव सुखदिनेवाला हुन्छन् व्यतिक्रम भएमा हानिप्रदा हुन्छन् ।

शाङ्कर भागत ईशानीमारभ्य प्रादक्षिण्येन स्थापयेत् ।
यतो व्यत्यासे हानीकरा भवन्ति इति ।।

(निर्णय सिन्धौ)

पाञ्चायन पूजा गर्दा शाङ्करभाग ईशान कोणबाट प्रारम्भ गरेर दाहिना पट्टिबाट स्थापना र पूजा गर्दै लाँदा पाञ्चायन देवता सुखप्रदा हुन्छन् । यस क्रममा व्यतिक्रम भयो भने हानि प्रदा हुन्छन् । त्यस कारण उक्त ईशान कोणबाट प्रारम्भ गरी पाञ्चायन देवताको पूजा गर्दा शुखशान्ति मिल्दछ ।

पाञ्चायन पूजा गर्नेदिक्क्रम

गणेश पाञ्चायन

हेरम्बंतु यदा मध्ये ऐशान्यामच्युतं यजेत् ।
आग्नेयां पञ्चवक्रं तु नैऋत्यां द्युमणिं यजेत् ।।
वायव्यामम्बिकां चैव यजेन्नित्यमतन्द्रितः ।।

–आह्निक सूत्रावल्याम्

T

गणेश पाञ्चायन पूजा गर्दा—माझमा गणेश, ईशानकोणमा-विष्णु, आग्नेयकोणमा शिव, नैऋत्यमा सूर्य र वायव्यमा अम्बिका (देवी) को आलस्य नगरी पूजा गर्नु ।

सूर्य पाञ्चायन

सहस्रांशु यदा मध्ये ऐशान्यां पार्वतीपतिम् ।
आग्नेयामेकदन्तं च नैऋत्यामच्युतं यथा ।।
वायव्यां पूजयेद् देवीं भोगमोक्षैक भूमिकाम् ।।

-आह्निकसू०

सूर्य पाञ्चाय पूजा गर्दा —माझमा सूर्य, ईशानमा शिव, आग्नेयमा गणेश, नैऋत्यमा विष्णु र वायव्यकोणमा भोग एवं मोक्ष दिने देवी को पूजा गर्नु ।

देवी पाञ्चायन

भवानीं तु यदा मध्ये ऐशान्यां माधवं यजेत् ।
आग्नेयां पार्वतीनाथं नैऋत्यां गणनायकम् ।।
प्रद्योतनं तु वायव्यामर्चायास्तु प्रपूजयेत् ।।

—आह्निक सू०

देवी पाञ्चायन पूजा गर्दा—माझमा भवानी, ईशानमा विष्णु, आग्नेयमा पार्वतीनाथ-शिव, नैऋत्यमा गणेश र वायव्यकोणमा सूर्यको पूजा गर्नु ।

शिव पाञ्चायन

यदा तु शङ्करं मध्ये ऐशान्यां श्रीपतिं यजेत् ।

T

आग्नेयां च तथा हंसं नैऋत्यां पार्वतीसुतम् ।।
वायव्यां च सदा पूज्या भवानीं भक्तवत्सलम् ।।

—आन्हिक सूनानावल्याम्

शिव पाञ्चायन पूजा गर्दा—माझमा शिव, ईशानमा विष्णु, आग्नेयमा सूर्य, नैऋत्यमा पार्वती पुत्र गणेश र वायव्यकोणमा भक्तवत्सला भवानीको पूजन हुन्छ ।

विष्णु पाञ्चायन

यदा तु मध्ये गोविन्दमीशान्यां शङ्करं यजेत् ।
आग्नेयां गणनाथं च नैऋत्यां तपनं तथा ।।
वायव्यामम्बिकां चैव यजेन्नित्यं समाहितः ।।

—आह्निक सूत्रावल्याम्

विष्णु पाञ्चायन पूजा गर्दा—माझमा विष्णु, ईशानमा, शङ्करजी, आग्नेय कोणमा गणेश, नैऋत्यकोममा सूर्य र वायव्यकोणमा देवी को समाहित चित्त गरेर प्रतिदिन पूजा गर्नु ।

देवी पाञ्चायन

भवानीं तु[1] यजेन्मध्ये तथेशान्यां तु माधवम् ।
आग्नेयां गिरिजानाथं गणेशं रक्षसां दिशि ।।
वायव्यामर्चयेत्सूर्यमिति देवस्थिति क्रम ।।

—देवी भा० ए० स्कन्द अ० १७

१. देवीमभ्यर्च पुरतो यजेदन्याननुक्रमात् ।
न देवीं पूजनात्पुण्यमधिकं क्वचिदिक्षते ।।

—देवी भा० ए० स्क० अ० १७

T

मध्यमा भवानी देवीको, ईशानमा माधव (विष्णु) को आग्नेयमा गिरिजापति (शिवजी) को, नैऋत्यमा गणेशजी को र वायव्यकोणमा सूर्यको स्थापना गरी पूजा गर्नु । यही नै पञ्चदेवको पूजाको क्रम हो ।

पञ्चानामपि देवानां यथाभागं क्रमेण वा ।
स्थापना कारयेद भक्त्या मुनिभिस्तत्त्वदर्शिभिः ।।

पाञ्चायन पूजा गर्दा क्रमैसँगले दिग्विभाग गरी अर्थात्— ईशान, आग्नेय, नैऋत्य, वायव्य दिशाको विभाग गरी माझमा आफुलाई जुरैका[२] इष्टदेवभगवानको स्थापना गरेर भक्तिपूर्वक पूजन गर्नु भनेर तत्त्वदर्शी मुनिहरुले कथन गरेका छन् ।

एका मूर्ति न पूज्यैव गृहिणा सुखमिच्छता ।
अनेक मूर्ति सम्पन्नः सर्वान्कामानवाप्नुयात् ।।

—स्मृत्यन्तरे

इच्छित फलको इच्छागर्ने भएका गृहस्थजनहरूले एकमूर्ति मात्रै पूजा न गर्नु । धेरै मूर्तिको पूजा गर्ने मनुष्य हरु इच्छित फल प्राप्त गर्न सक्तछन् ।

प्रथम देवीको पूजा गरेर क्रमैसांग शिवादि देवता को पूजा गर्नु । देवींपूजा भन्दा पहिले अरु देवताको पूजा गर्दा अधिक पुण्य कहिं पनि देखिँदैन ।

२. पाञ्चायन देवतामध्ये आफूलाई प्रियलाग्ने देवतालाई माझमा स्थापना गरी पूजा गर्ने इच्छा हुदा आफ्ना गुरुदेव सँग आज्ञा मागेर पूजा गर्दा न जुराए पनि सुखदायक हुन्छन् ।

अथ पाञ्चायन पूजा

सर्वप्रथम पाञ्चाय पूजाका लागी पूजको सामाग्री एकत्रित गरेर पवित्र आसनमा बस्नुर कुशसहित कर्म पात्रका जलले तल लेखको "ॐ अपवित्रः पवित्रो वा०" भन्ने मन्त्रले पूजाका सामाग्रीलाई र आफुलाई पनि सिंञ्चन गर्नु—

विनियोग र पवित्र गर्ने मन्त्र

अपवित्र पवित्रो वेत्यस्य वाददेव ऋषिः विष्णुर्देवता गायत्रा छन्दः हृदि पवित्र करणे विनियोगः ।

ॐ अपवित्रः पवित्रोवा सर्वावस्थाङ्मतोऽपिवा ।
यः स्मरेत पुण्डरीकाक्षं सवाह्याऽभ्यन्तरः शुचिः ।।

ॐ पुण्डरीकाक्ष पुनातु, ॐ पुण्डरीकाक्ष पुनातु, ॐ पुण्डरीकाक्ष पुनातु ।

पवित्र धारण गर्ने मन्त्र

दुई कुशको पवित्र वनायेर दाहिने हातका अनामिका औंलाका फेदमा एवं तीन कुशको पवित्र देव्रे हातका अनामिका औंलाका फेदमा धारण गर्नु उत्तम भानिन्छ । पवित्र धारण गर्दा भन्ने मन्त्र तल निदिष्ट छ ।

ॐ पवित्रेस्थो वैष्णव्यौ सवितुर्वः प्रसवऽउत्पुनाम्यछिद्रेण पवित्रेण सूर्यस्य रस्मिभिः ।। तस्यते पवित्रपते पवित्र पूतस्य यत्कामः पुने तच्छकेयम् । —यजुर्वेद अ० १० मन्त्र ६

शिखाबाध्ने मन्त्र

एवं तलनिर्दिष्ट 'चद्रूपिणीः' भन्ने मन्त्रले अथवा गायत्री मन्त्रले गाईको खुरजत्रो अथवा एक अङ्गुष्ठ परिमाण भएको शिखा[१] बाँध्नु शिखा न बांधी शुभ कर्म न गर्नु ।

ॐ चिद्रूपिणि महामाये दिव्यतेज समन्विते ।
तिष्ठ देवि शिखामध्ये तेजेबृद्धिं करुस्व मे ।।

—आह्निक सूत्रावलि

एवं सन्ध्योपासनयजनपूजनादि शुभकर्ममा प्रथम भस्म अथवा चन्दन लगाउनु ।

चन्दन लगाउने मन्त्र-

चन्दनस्य महत्पुण्यं पवित्रं पापनाशनम् ।
आपदं हरते नित्यं लक्ष्मी स्तिष्ठति सर्वदा ।।

भन्नु र चन्दन लगाउनु (भस्ममाथि चन्दन लगाउनु हुँदैन) । भस्म धारण गर्दा अभिमन्त्रण गरेर धारण गर्नु ।

भस्म अभिमन्त्रण गर्ने मन्त्र

बायाँ हातका हत्केलामा भस्म राखेर जल मिलाउनु र दायां

---

१. स्नाने दाने जपे होमे सन्ध्यायां देवतार्चने ।
शिखाग्रन्थि विना कर्म न कुर्याद्वैकदाचन ।।

स्नान गर्दा, दान दिंदा, जप गर्दा, सन्ध्या गर्दा र देवताहरूको पूजा गर्दा शिखा बाँधेर गर्नु, शिखा नबाँदि कहिल्यै पनि शुभ कर्म नगर्नु ।

हातका मध्यमादि औंलाले अभिमन्त्रण गर्नु ।

ॐ अग्निरिति भस्म । ॐ वायुरिति भस्म । ॐ जलमिति भस्म । ॐ स्थलमिति भस्म । ॐ व्योमेति भस्म । ॐ सर्व छं हवा इदं भस्म । ॐ मनः एतानि चक्षूंषि भस्मानिति ।

भस्म धारण गर्ने मन्त्र

अब तल लेखेका 'त्र्यायुषंञ्जमदग्ने०' भन्ने मन्त्रले मध्यमादि तीन[1] औंलाले भस्म धारण गर्नु ।

ॐ त्र्यायुषञ्जमदग्नेः कश्य पस्यत्र्यायुषम् । षद्देवेषु त्र्यायुषन्तन्नोऽ अस्तु त्र्यायुषम् ।

—यजुर्वेद अ० ३/६२

ॐ त्र्यायुञ्जमदग्नेः,-भन्नु र ललाटमा धारण गर्नु ।

ॐ कश्यपस्य त्र्यायुषम्,- भन्नु र ग्रीवा (चिउँडा) मा धारण गर्नु ।

ॐ षद्देवेषुत्र्यायुषम्,-भन्नु र दक्षिण बाहुमा धारण गर्नु ।

ॐ तन्नोऽअस्तु त्र्यायुम्,- भन्नु र हृदयमा धारण गर्नु ।

आसन पवित्रगर्ने विनियोग र मन्त्र

---

१. ब्रह्माविष्णुमहेशानास्तिस्त्रोरेखा इतिस्मृता ।
आद्योब्रह्मा ततो विष्णुः तदूर्ध्वं तु महेश्वरः ॥

—देवी भा० ए० स्क० अ० ११/२५

ब्रह्मविष्णुमहेश्वर नै ललाटका तीन रेखा हुन् । प्रथम रेखा ब्रह्मा, द्वितीय रेखा विष्णु, ती दुवै भन्दा माथिको तृतीय रेखा महेश्वर (शिव) होइवक्सिन्छ । यस प्रकार भस्मत्रिपुण्डको ठुलो महत्त्व छ ।
T

अनन्तर हातमाकुश लिएर जल समात्नु र तल लेखेको विनियोग पढेर हातकोजल छोडिदिनु ।

ॐ पृथ्वीति मन्त्रस्य मेरुपृष्ठ ऋषिः सुतलं छन्दः कुर्मो देवता आसने विनियोग ।

एवं तल निर्दिष्ट "पृथ्वी त्वया०" भन्ने मन्त्र पढ्दै आसन पवित्र गर्नका निमित्त जल छर्किनु ।

ॐ पृथ्वी त्वया धृता लोका देवि ! त्वं विष्णुना धृता ।
त्वं च धारय मां देवि ! पवित्रं कुरु चासनम् ।।

—कर्मकाण्डादौ

आचमन गर्ने मन्त्रहरु

एवं दुवै हातमा कुशका पवित्र लिएर आचमन [१]गर्नु, आचमन गर्दा भन्ने मन्त्र तल निर्दिष्ट छन् ।

ॐ केशवाय नमः,-भन्नु र आचमन गर्नु ।

ॐ नारायणाय नमः,-भन्नु र आचमन गर्नु ।

ॐ माधवाय नमः,-भन्नु र आचमन गर्नु ।

---

१. गोकर्णाकृति हस्तेन माषमात्रं जलं पिवेत् ।
ततोन्यूनाधिकं पीत्वा सुरापानी भवेद्द्विजः ।।

—देवी भा०

दुवै हातमा जल लिएर गाईका कानको जस्तो हातको आकृति बनाएर बायाँ हातले दायाँ हातमा यौटा माषको दानो जतिमात्रै जल लगाई आचमन गर्नु । त्यो भन्दा घेर वा थोर जल लगाएर आचमन गर्दा ब्राह्मण सुरापानी हुन्छ ।

ॐ गोविन्दाय नमः, - मन्त्र र हात धुनु ।

प्राणायाम गर्ने प्रकार

प्राणायाम तीन प्रकारका हुन्छन्—पूरक प्राणायाम, कुम्भक प्राणयाम, रेचक प्राणायाम ।[१] पूरक प्राणायाम गर्दा नाभी स्थानमा नीलकमल का समान सुन्दर श्यामवर्ण भएका विष्णु भगवान् को ध्यान गर्नु ।[२] कुम्भक प्राणायाम गर्दा आफ्ना हृदयमा कमलका आसनमा विराजमान भएका रक्तवर्ण र चार मुखले शोभायमान भएका ब्रह्माजीको ध्यान गर्नु ।[३] रेचक प्राणायाम गर्दा आफ्ना ललाटमा तीन नेत्रले शोभायमान भएका शुद्धस्फटिका समान श्वेतवर्ण भएका शङ्करभगवानको ध्यान गर्नु । प्राणायाम गर्ने रीति 'गायत्रीमञ्जरीमा विशेष गरी प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

प्राणायाम गर्ने मन्त्र

ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यम् । ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः पचोदयात् । ॐ आपोज्योतिरसोऽमृतं ब्रह्मं भूर्भुवः स्वरोम् ।

---

१. नीलोत्पदलश्यामं नाभिमध्ये प्रतिष्ठिम् ।
चतुर्भुजंमहात्मानां पूरके चिन्तयेद्धरिम् ॥
२. कुम्भकेतु हृदिस्थाने ध्यायेत्तु कमलासनम् ।
प्रजापतिं जगन्नाथं चतुर्वक्त्रं पितामहम् ॥
३. रेचके शङ्करं ध्यायेल्ललाटस्थं महेश्वरम् ।
शुद्धस्फटिकसंकाशं निर्मलं पापनाशनम् ॥
—देवी भा०ए० स्क० अ० १६

T

शान्ति पाठः

चन्दन अक्षता पुष्प हातमा लिएर गणपति (गणपत्यादि पाञ्चायन देवता) लाई ध्यान गरेर स्वस्तिवाचन गर्नु ।

ॐ आनो भद्राः क्रतवोयन्तु विश्वतो दब्धासोऽ अपरीतासऽ

उद्भिदः ।। देवानो यथा सद मिद्वृधेऽ असन्नप्प्रायुवो रक्षितारो दिवे दिवे ।।१।। देवानां भद्रा सुमतिर्ऋजूयतान्देवाना ७ँ रातिरभिनो निवर्त्तताम् । देवाना ७ँ सख्यमुपसेदिमावयन्देवानऽ आयुः प्रतिरन्तु जीवसे ।।२।। तान्पूर्वयानिविदाहूमहेव्वयम्भग-म्मित्रमदितिन्दक्षमस्त्रिधम् ।। अर्य्यमणंव्वरुण७ँ सोममश्विना सरस्वतीनः सुभगामयस्करत् ।।३।। तन्नोव्वातोमयो भुव्वातु मेषजन्तन्माता पृथिवीतत्पिताद्यौः ।। तद्ग्रावाणः सोमसुतोमयो भुवस्तदश्विना शृमुतन्धिष्ण्यायुवम् ।।४।। तमीशानञ्जगतस्तस्थु-षस्पतिन्धियञ्जिन्वमवसेहूमहेवयम् । पूषानोयथा व्वेदसामसदवृधे रक्षिता पायुरदब्धः स्वस्तये ।।५।। स्वतिनऽ इन्द्रो वृद्धश्रवाः स्वस्तिनः पूषाविश्ववेदाः ।। स्वस्तिनस्तार्क्ष्योऽ अरिष्टनेमिः स्वस्तिनो वृहस्पतिर्दधातु ।।६।। पृषदश्वामरुतः पृश्निमातरः शुभं यावानो विदथेषुजग्मयः ।। अग्निजिह्वामनवः सूरचक्षसोव्विश्वेनोदेवाऽ-अवसागमन्निह ।।७।। भद्रंकर्णेभिः शृणुयामदेवा भद्रंपश्येमा-क्षमिर्यजत्राः ।। स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवा ७ँ सस्तनूभिर्व्यसेमहिदेवहितं यदायुः ।।८।। शतमिन्नुशरदोऽ अन्तिदेवा यत्रानश्चक्रा जरसन्तनूनाम् ।। पुत्रासोयत्रपितरो भवन्ति

मानोमध्यारीरिष-तायुर्गन्तोः ।।९।।

अदितिद्यौरदितिरन्तरिक्षमदितिर्म्माता सपितासपुत्रः ।। विश्वेदेवाऽअदितिः पञ्चजना ऽ अदितिर्जात-मदितिर्जनित्वम् ।।१०।। द्यौः शान्तिरन्तरिक्ष ६ शान्तिः पृथिवी शान्तिरापः शान्तिरोषधयः शान्तिः ।। वनस्पतयः शान्तिर्विश्वेदेवाः शान्तिर्ब्रह्मशान्तिः सर्व्व ६ शान्ति ः शान्ति रेवशान्तिः सामाशान्तिरेधि ।।११।। यतो यतः समीहसे ततोनोऽ अभयन्कुरु ।। शन्नः कुरु प्रजाभ्यो भयन्नः पशुभ्यः ।।१२।। ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।।

—यजुर्वेद अ० २५

उपर्युक्त यजुर्वेद संहिताका १२ मन्त्र पाठगर्नाले सुख-समृद्धि प्राप्ति एवं अध्यात्म, अधिदैव, अधिभूत, यी तीन प्रकारका ताप शान्ति हुन्छन् । अतः भगवत्प्रेमीजनहरूले पूजा गर्नु भन्दा पहिले शान्तिपाठ गर्नु अत्युत्तम मानिन्छ ।

गणेशादिदेवताको प्रार्थना

सर्व प्रथम सकलकामनाको सिद्धिर निर्विघ्नता पूर्वक कार्य सिद्धिका निमित्त चन्दन अक्षतापुष्प हातमा लिएर सभक्ति गणेशजीको स्मरण गरिन्छ ।

श्री मन्महा गणाधि पतये नमः ।

सुमुखश्चैकदन्तश्च कपिलो गजकर्णकः ।
लम्वोदरश्च विकटो विघ्ननाशो विनायकः ।।१।।
धुम्रकेतुर्गणाध्यक्षो भालचन्द्रो गजाननः ।

T

द्वादशैःतानिनामानि यः पठेच्छ्रणुयादपि ।।२।।
विद्यारम्भे विवाहे च प्रवेशे निर्गमे तथा ।
सङ्गामे सङ्कटे चैव विघ्नस्तस्य न जायते ।।३।।
शुक्लाम्वरधरं देवं शशिवर्णं चतुर्भुजम् ।
प्रसन्नवदन न्ध्यायेत् सुर्वविघ्नोपशान्तये ।।४।।
अभीप्सितार्थ सिध्यर्थं पूजितो यः सुरासरैः ।
सर्वविघ्नहरस्तस्मै गणाधि पतये नमः ।।५।।
सर्वमंगलमांगल्ये शिवे सर्वार्थसाधिके ।
शरण्ये त्र्यम्बके गौरि नारायणी नमोऽस्तुत ।।६।।
विनायकं गुरुं भानुं ब्रह्माविष्णुमहेश्वरान् ।
सरस्वतीं प्रणाम्यादौ सर्वकार्यार्थ सिद्धयें ।।७।।

यस प्रकार प्रार्थना गरिसके पछि हातमा लिएका चन्दन अक्षतापुष्पहरु गणेशजीका अगाडि समर्पण गर्नु र सङ्कल्प गर्नु ।

सङ्कल्पः

ॐ तत्सत् ॐ तत्सत् ॐ तत्सत् ॐ विष्णुः विष्णुः विष्णुः श्रीमद् भगवतो महापुरुषस्य विष्णोराज्ञया प्रवर्तमानस्य सकलजगत्सृष्टिकारिणो ब्रह्मणो द्वितीयपरार्धे श्री श्वेतवाराहकल्पे वैवस्वतमन्वन्तरे अष्टाविंशतितमे कलियुगे कलिप्रथमचरणे भारतवर्षे भरतखण्डे जम्बुद्वीपे आर्यवर्तान्तर्गते नेपालदेशे (अमुकदेशे) अमुकमण्डलान्तर्गते अमुकतीरे अमुकतीर्थे अमुकग्रामे अमुकस्थाने अमुकपुण्यभूमौ विक्रमसके बौद्धावतारे षष्ठिसं

T

वत्सराणां मध्ये अमुकनाम्निसंवत्सरे अमुकर्तौ अमुकमासे अमुकपक्षे अमुकवासरे अमुकतिथौ अमुकराशिस्थिते श्री सूर्ये अमुक राशिस्थिते चन्द्रमसि अमुकराशिस्थिते देवगुरौ शेषेषु ग्रहेषु यथा यथास्थानस्थितेषु सत्सु एवं ग्रहगुणविशेषेण विशिष्टायां शुभपुण्यातिथौ अद्येह अमुकगोत्रोत्पन्नोऽमुकशर्माऽहं ममात्मनः सकल श्रुतिस्मृति पुराणोक्त फल प्राप्त्यर्थं मम ऐश्वयाभिवृध्यर्थं अप्राप्तलक्ष्मी प्राप्त्यर्थं प्राप्तलक्ष्म्यश्चिरकालसंरणार्थं सकलमन ईप्सितकामनासंसिद्ध्यर्थं तथा मम सभार्यस्य सपुत्रस्य सबान्धवस्य अखिलकुटुम्वसहितस्य शपशोः समस्त भयव्याधिजरा पीडामृत्युपरिहारद्वारा आयुरारोग्यैश्वर्याभिवृद्धध्यर्थं धर्मार्थकाम-मोक्षफलवात्त्यर्थं च ॐ भूर्भुवः स्वः श्री अमुक पाञ्चायन देवता प्रीत्यर्थं यथा ज्ञानेन यथा मिलितोपचारद्रव्यैः पुरुषसूक्तेन ध्यानाऽबाहनादि षोडशोपचारैः पूजनमहं करिष्ये ।

आदौ यथा मिलितोपचारैः दीपकलशगणेश पूजनपूर्वकं पाञ्चायन देवता पूजनमहं करिष्ये ।

अथ दीपपूजा

सम्पूर्ण कर्मका साक्षी दीपज्योति हुन् र सर्व प्रथम दीपज्योति (दिया) को पूजा गरिन्छ ।

दियो बाल्दा भन्ने मन्त्र

ॐ पृष्ठो दिवी पृष्ठोऽ अग्निः पृथिव्यां पृष्ठोविश्वाऽओषधी-राविवेश । वैश्वानरः सहसा पृष्ठोऽअग्निः सनो दिवा सरिषस्पातु नक्तम् ।

—यजुर्वेद अ० १८/ मन्त्र ७३

T

दियाको प्रार्थना गर्नें मन्त्र

नमोऽस्त्वनन्ताय सहस्र मूर्तये
सहस्र पदाक्षि शिरोरुबाहवे ।
सहस्रनाम्ने पुरुषाय शाश्वते
सहस्रकोटीयुगधारिणे नमः ।।

—गौरीशङ्करगुटिका

भक्त्या दीपं पयच्छामि देवाय परमात्मने ।
त्राहि मां निरयाद् घोराद् दीपज्योतिर्नमोऽस्तुते ।।

—आह्निक सूत्रावलिः

यस प्रकार प्रार्थना गरि सके पछि—

ॐ भूर्भुवः स्वः कर्मसाक्षिणे दीपनारायणाय नमः, अथवा दीपज्योत्यै नमः । (भन्नु र आवाहन, आसन, पाद्य, अर्घ्य, आचमनीय, चन्दन, अक्षता, पुष्प इत्यादि आफुसँग भएका उपचारहरू चढाए र प्रार्थना गर्नु) ।

शुभं भवतु कल्याणमारोग्यं सुखसम्पदः ।
आत्मातत्त्व प्रकाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तुते ।।

—गौरीशङ्कर गुटिका

हे दीपज्योति ! प्रसन्नोवरदो भव—(भन्नु र अञ्जलिपुट बाँधेर हातजोड्नू) । इति दीपा पूजा ।

शङ्ख पूजा

देव पूजन गर्नें ठाऊँमा शङ्खको पूजा हुन्छ भनि विविध

शास्त्रमा वर्णन गरेको छ । सम्पूर्ण देवता र तीर्थहरू शङ्खमा निवास गर्दछन् । अतः शङ्ख भएको ठाउँ अति पवित्र मानिन्छ । **'शङ्खे जलपूरणानन्तरं ब्रुयात्'** यो वचनका अनुसारले शङ्खमा जल पूर्णगरिसके पछि मात्रै पूजा गर्नु । **'शङ्ख मुद्रां प्रदश्य'** शङ्खमुद्रा प्रदर्शन गराएर मात्रै यो श्लोक उच्चारण गर्नु—

शङ्खादौ चन्द्रदैवत्यं कुक्षौ वरुणदेवता ।
पृष्ठे प्रजापतिश्चैव अग्रे गंगा सरस्वती ।।
त्रैलोक्ये यानितीर्थानि वासुदेवस्य चाज्ञया ।
शङ्खे तिष्ठन्ति विप्रेन्द्र तस्माच्छङ्खं प्रपूजयेत् ।।

—आह्निक सूत्रावलिः

यस प्रकार शङ्खका आदिमा चन्द्रमा, कुक्षिमा वरुण, पृष्ठभागमा प्रजपति, अग्रभागमा गंगा र सरस्वती रहनु हुन्छ । हे विप्रेन्द्र ! वासुदेव (विष्णु) का आज्ञाले त्रैलोक्यमा जति देवता छन् ती सवै शङ्खमा रहन्छन् । त्यस कारण देवता पूजने ठाऊँमा शङ्खको पनि पूजा गरिन्छ ।

शङ्खको स्तुति

त्वं पुरा सागरोत्पन्नो विष्णुना विधृत करे ।
निर्मितः सर्वदेवैश्च पाञ्चजन्य नमोऽस्तुते ।।

हे शङ्ख ! सवै भन्दा पहिले तिमि सागरवाट उत्पन्न भएका हौ र विष्णुले आफ्ना हातमा धारण गरिवक्सनु भयेको हो । संपूर्ण देवताले निर्मित गरिएका हे पाञ्चजन्य ! तिमिलाई म

नमस्कार गर्दछु । यस प्रकार स्तुति गरेर पूजा गर्नु ।

पूजागर्दा—सर्वोपचारार्थेगन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि शङ्खस्थ देवताभ्यो नमः, (भन्नु र चन्दन अक्षता पुष्प एवं आफुसँग भएका उपचारहरू चढाउनु) । **अनन्तर भो पाञ्चजन्य ! प्रसन्नो भव** (भन्नु र हात जोडनु) ।

इति शङ्ख पूजा ।

घण्टा पूजा

मन्दिरमा तीर्थमा एवं सर्वत्र पूजागर्ने ठाउमा घण्टाको पूजा हुन्छ । घण्टमा सरस्वती निवास गर्दछिन् भन्ने शिवपुराणमा र अन्य शास्त्रहरूमा पनि प्रमाण पाइन्छ । काहिं काहिं घण्टामा गरुडको निवास हुन्छ भन्ने प्रमाण पाईन्छ । घण्टाको नाद सुन्दा देवताहरूको आगमन हुन्छ ।

आगमार्थं तु देवानां गमनार्थं तु रक्षसाम् ।
घण्टानादं प्रकुर्वीत पश्चाद् घण्टां प्रपूजयेत् ।।

देवताहरुलाई बोलाउन र राक्षसहरुलाई धपाउनका निमित्त घण्टा वजाउनु **'घण्टामुद्रां प्रदर्श्य'** घण्टामुद्रा प्रदर्शन गराएर **ॐ घण्टायै नमः अथवा घण्टास्थाय गरूडाय नमः, गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि**-(भन्नु र चन्दन अक्षता पुष्पादिले पूजा गरेर **प्रसन्नो वरदो भव,** (भन्नु र हात जोडनु) ।

अथ कलश पूजा

कलशलाई दध्यक्षंताले भूषित एवं पीताम्बरले सुसज्जित

T

गरेर मन्त्रोच्चारण गर्दै कलशका मुखमा वटादि[१] पञ्च पल्लव[२] राखेर त्यो जल पूर्ण कलशमा समुद्रादि र गंगादि तीर्थ हरुलाई आवाहित गर्नु ।

सर्वे समुद्राः सरितस्तीर्थानि जलदानदाः ।
आयान्तु देवपूजार्थं दुरितक्षयकारकाः ।।
कलशस्य मुखे विष्णुः कण्ठे रुद्रः समाश्रितः ।
मूले तत्र स्थितो ब्रह्मा मध्ये मातृगणाः स्मृताः ।।
कुक्षौ तु सागराः सर्वे सप्तद्वीपाः वसुन्धराः ।
ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदो ह्यथर्वणः ।।
अङ्गैश्च सहिताः सर्वे कलशं तु समाश्रिताः ।।

—कर्मकाण्डादौ

यस प्रकार ऋण, यजु, साम, अथर्व वेद र ब्रह्मादि देवता एवं गंगादि तीर्थहरूलाई कलशमा आवाहन गरिसके पछि त्योतीर्थमय

---

१. अश्वत्थरुपी भगवान् विष्णुरेव न संशयः ।
रुद्ररुपी वटस्तद्वत् पलाशो ब्रह्मरुप धृक् ।
दर्शनं पूजनं सेवा तेषामघहरास्मृता ॥

—पद्म पु० कार्तिक म० अ० २८

सुतजी भन्नु हुन्छ—पीपलको वृक्ष साक्षात् विष्णुको रुप हो, वट (वर) को वृक्ष साक्षात् शिवको रुप हो, पलाशको वृक्ष साक्षात् ब्रह्माको रूप हो । यिनै को पूजा, सेवा, दर्शन गर्नाले मनुष्य का समस्त पाप नष्ट हुन्छन् ।

२. पञ्चपल्लवन—वर, पीपल, आप, डुम्री, पाखी, यीनै पाँच हुन् ।

T

जलपूर्ण कलशमा जलका अधिष्ठात्री देवता वरुण पूजन का निमित्त वरणको आवाहन गरिन्छ ।

वरुणको आवाहन गर्ने मन्त्र

ॐ तत्त्वायामि ब्रह्मणा व्वन्दमानस्तदाशास्ते यजमानो हविर्ब्भिः । अहेडमान्नो वरुणे हबोध्यु रुश ꣳसमानऽ आयुः प्रमोषीः ।। —यदुर्वेद अ० १८ मन्त्र ४९

अस्मिन् कलशे वरुणं आवाहयामि, अथवा साङ्गं सपरिवारं सायुधं सशक्तिकं वरुणं आवाह्यामि । (भन्नु र वरुणको आवाहनगर्नु) ।

वरुणको प्रार्थना

देवदानव संवादे मथ्यमाने महोदधौ ।
उत्पन्नोऽ सि सदा कुम्भ विधृतो विष्णुना स्वयम् ।।
त्वत्तोये सर्वतीर्थानि देवाः सर्वे त्वयिस्थिता ।
त्वयि तिष्ठन्ति भूतानि त्वयि प्राणाः प्रतिष्ठिताः ।।
शिव स्वयं त्वमेवाऽसि विष्णु त्वं च प्रजापतिः ।
आदित्याः वसवो रुद्राः विश्वेदेवाः सपैत्रिकाः ।।
त्वयि तिष्ठन्ति सर्वेऽपि यतः कामफल प्रदाः ।
त्वत्पसादादिमां पूजां कर्तुमिहे जलोद्भव ।।
सान्निध्यं कुरु मे देव प्रसन्नो भव सर्वदा ।।

वरुणको पूजा

ॐ भुर्भुवः स्वः अप्पतये वरुणाय नमः, अथवा साङ्गाय

T

सपरिवाराय सायुधाय शशक्तिकाय वरुणाय नमः, पाद्यादिनि समर्पयामि, स्वर्वोपचारार्थे गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि । (भन्नुर पाद्य, अर्घ्य आचमन, स्नानीय जल, पञ्चामृतस्नान पुनः स्नान चन्दन, अक्षता, पुष्पादि षोडश उपचारले अथवा पुरुषसूक्तका षोडशमन्त्रले पूजा गर्नु । अनन्तर हातमा पुष्पलिई अञ्जलिपुट बाँधेर प्रार्थना गर्नु) ।

नमो नमस्ते फटिक प्रभाय
सुश्वेतहाराय सुमङ्गलाय ।
सुपासहस्ताय झषाननाय
जलाधि नाथाय नमो नमस्ते ।।

अनेन वरुण पुजनादि कर्मणा श्री वरुण प्रियतां न मम ।
यस प्रकार पूजाका उपचार हरुले वरुणको पूजा गरेर समर्पण गर्नु ।

इति वरुण पूजा ।

अथ गणेश पूजा

सकल कामना सिद्धिका लागिर निर्विघ्न पूर्वक कार्य सुसम्पन्नका लागि सर्व[१] प्रथम गणेशजी को पूजा गरिन्छ ।

गणेशजीको ध्यान

हातमा पुष्प लिएर अञ्जलिपुट बाँधि गणेशजीको ध्यान गर्नु ।

गजाननं भूतगणाधि सेवितं

T

कपित्थजम्बू फल चारु भक्षणम् ।
उमासुतं शोक विनाश कारकं
नमामि विघ्नेश्वर पादपङ्कजम् ।।

ध्यानं समर्पयामि श्री मन्महागणाधिपतये नमः,—(भन्नुर ध्यान सपर्मण गर्नु) ।

गणेश को आवाहन गर्ने मन्त्र

ॐ गणानान्त्वा गणपतिꣳ हवामहे प्रियाणान्त्वा प्रियपतिꣳ हवामहे निधिनान्त्वानिधिपतिꣳहवामहे व्वसो मम । आहमंजानि गर्ब्भधमात्त्वमजासि गर्ब्भदम् ।

—यजुर्वेद अ० २३ मन्त्र १९

ॐ भुर्भुवः स्वः गणपतये नमः आवाहनं समर्पयामिः—(भन्नुर आवाहन गर्नु) । ॐ भूर्भुवः स्वः गणपतयेनमः, आसनं समर्पयामि–(भन्नुर आसन समर्पण गर्नु) एवं पाद्यम्, अर्घ्यम्, आचमनीयम्, पुनराचमनीयम्, स्नानीयम्, पञ्चामृतस्नानम्, पुनःशुद्धोदकस्नानम्, वस्त्रम्, यज्ञोपवीतम्, गन्धम्, अक्षतान्, पुष्पम्,-पुष्पाणि, पुष्पमाल्याम्, दुर्वाङ्कुरम्, नाना परिमलद्रव्यम्

---

१. प्रायः सबै श्रुतिस्मृति पुराणमा र कर्मकाण्डका पुस्तकहरुमा प्रथम गणेशजीको पूजा गरेर अरु प्राधान्य देवताको पूजा गर्नु भनिएको छ । शिव पुराणमा ब्रह्मादि सम्पूर्ण देवताले निर्णय गरि प्रथम गणेशको नै पूजा हुनुपर्दछ भनि गणेशजी को महान् अभिषेक (पूजा) गरेर अभिष्ट सिद्धि प्राप्त गरेका छन् । त्यस कारण प्रथम गणेशजी को पूजा गरिन्छ ।

T

(नानापरिमलद्रव्य भनेको-रोरी, अवीर, बुक्का, सिन्दुर इत्यादि मिलाउँदा नाना परिमलद्रव्य हुन्छ), सुगन्धिद्रव्यम् (कहीं कहीं सुगन्धि द्रव्य स्नानका विधानमानैलेखेको छ)। **धूपम्, दीपम्, नाना नैवेद्यम्** (नाना प्रकारका नैवेद्यहरू) **ऋतु फलम्** (समय समय मा हुने फल हरु), **ताम्बुलम्, पुगीफलम्, दक्षिणाम्, प्रदक्षिणाम्,** (परिक्रमा), **आरार्तिक्यम्-** (पाँच बाती को अथवा कपूरको आरती), **पुष्पाञ्जलिम्** । यस प्रकार क्रमैसितले पूजाका उपचारहरू चढाउनु र विशेषार्घ्यजल समर्पण गर्नु । (विशेषार्घ्यजल भनेको—अर्घदिने जलमा चन्दन, अक्षता, पुष्प, फल, दूर्वादल इत्यादि मिलाउँदा विंसेषार्घ्यजल हुन्छ) तदनुसार समर्पण गर्नु ।

अर्घ्यदिने मन्त्र

एवं गणेशजीलाई अर्घ्य दिंदा भन्ने श्लोक तल निर्दिष्ट छन् ।

ॐ रक्ष रक्ष गणाध्यक्ष रक्ष त्रैलोक्य रक्षकः ।
भक्तानामभयं कर्ता त्राता भव भवार्णवात् ।।
द्वैमातर कृपासिन्धो षाण्मातुर जगत्प्रभो ।
वरदस्त्वं वरं देहि वाञ्छितं वाञ्छिदार्थद ।।
अनेन सफलार्घ्येण फलदोऽस्तु सदामम ।।

विशेषार्घ्यजलं समर्पयामि ग़णपतयेनमः;—(भन्नु र अर्घ्य समर्पण गर्नु) । अनन्तर हात जोडेर प्रार्थना गर्नु—

गणेश प्रार्थना

त्वां विघ्नशत्रुदलनेति च सुन्दरेति

T

भक्तप्रियेति सुखदेति फल प्रदेति ।

विद्या प्रदेत्यघहरेति च मे स्तुवन्ति

तेभ्यो गणेश बरदोभव नित्यमेव ।।

अनया पूजया श्री गणेशप्रियतां न मम—(भन्नु र गणेश जीमा समर्पण गर्नु) । इति गंणेश पूजा ।

नवग्रहादि देवताहरूको पूजा

अनन्तर पूजनोपलब्धउपचार चन्दनअक्षतापुष्पादिले कलशस्कन्द प्रदेशमा सूर्यादि नवग्रह आदि देवताको पूजा गरियोस् । अन्य पूजनीय देवताहरूको पनि पूजागर्न सकिन्छ ।

जस्तै—**ॐ गणपत्यादि पाञ्चायन[1]देवताभ्यो नमः गन्धाक्षत पुष्पाणि समर्पयामि,**-(भन्नु र चन्दनअक्षतापुष्पादिले पूजागर्नु) यस प्रकार—

ॐ सूर्यादि नवग्रहदेवताभ्योनमः, गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।

ॐ विनायकादि पञ्चलोकपालेभ्यो नमः, गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।

ॐ ईश्वराद्यधिदेवताभ्यो नमः,–गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।

ॐ अग्न्यादि प्रत्यधिदेवताभ्यो नमः–गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।

ॐ ईन्द्रादि दशदिक्पालेभ्यो नमः,–गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।

---

१. यस पुस्तकमा पाञ्चायन देवता को प्रधान पूजा भएको हुनाले कलशस्कन्द प्रदेशमा गणपत्यादि पाञ्चायन देवताभ्यो नमः, न भनेपनि हुन्छ ।

T

ॐ ध्रुवाद्यष्टवसुभ्यो नमः,–गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।

ॐ धात्रादि द्वादशदित्येभ्यो नमः,–गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।

ॐ वीरभद्राद्येकादशरुद्रेभ्यो नमः,–गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।

ॐ गौर्यादिषोडशमातृभ्यो नमः,–गन्धाक्षत पुष्पाणि समर्पयामि ।

ॐ आवाहनादि सप्तमरुद्भ्यो नमः,–गन्धाक्षतपुष्पाणि समपेयामि ।

ॐ विनायकब्रह्माविष्णुरुद्रार्कवनस्पतिभ्यो नमः,–गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।

ॐ सर्वेभ्यो देवेभ्यो नमः, सर्वेभ्योतीर्थेभ्यो नमः, गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।

यस प्रकार पाद्यादिर चन्दन अक्षता पुष्प धूप दीप नैवेद्यादि उपचार हरूले पूजा गर्नु । अनन्तर पूजितेभ्यो देवेभ्यो नमः । भन्नु र सवै देवतालाई साञ्जलि हात जोडेर निवेदन गर्नु ।

नवग्रह को प्रार्थना

सूर्यः शौर्यमथेन्दुरिन्द्रपदवीं सन्मङ्गलं मङ्गलः
सदबुद्धिश्चबुधो गुरुश्च गुरुतां शुक्रः सुखं शं शनि ।।
राहुर्बाहुबलं करोतु सततं केतुः कुलस्योन्नतिं
नित्यं प्रीतिकरा भवन्तु ममते सर्वेऽनुकूलाग्रहाः ।।

—गौरीशंङ्कर गुटिका

यस प्रकार नवग्रहादि देवताहरूको पूजा गरिसकेपछि पाञ्चायन पूजा गरिन्छ ।

इति नवग्रहादिदेव पूजा

T

पाञ्चायन पूजा

गणेश पाञ्चायन, सूर्य पाञ्चायन, देवी पाञ्चायन, शिव पाञ्चायन, विष्णु पाञ्चायन

विष्णु शिव	शिव गणेश	विष्णु शिव	विष्णु सूर्य	शिव गणेश
गणेश	सूर्य	देवी	शिव	विष्णु
देवी सूर्य	देवी विष्णु	सूर्य गणेश	देवी गणेश	देवी सूर्य

पाञ्चायन पूजा गर्दा पाँच ज्ञानेन्द्रिय र पाँच कर्मेन्द्रियका विषयहरूलाई रोकेर एकाग्र मनले पूजा गर्नु । पूजा गर्दा आफुलाई जुरेका देवतालाई माझमा र अरु चार देवतालाई ईशानादि चार कोणमा राखेर पूजा गर्नु । पञ्चदेव पूजा सम्बन्धि उपर्युक्त प्रामाणिक श्लोकहरूमा माझवाटै प्रारम्भ गरेर [१]ईशानादि कोणक्रमका रीतिले स्थापनार पूजाको क्रम[२] तलदेखाएको छ । 'नित्यकर्मपूजाप्रकाश' मा तथा 'प्रतिष्ठा मयूखः' मा पनि प्रष्टगरी मध्य भागबाट पूजा

---

१. शाङ्करभागतः ईशानीमारभ्य प्रादाक्षण्येन स्थापयेत् । यतो व्यत्यासे हानीकरा भवन्ति, इति (निर्णय सिन्धौ) शाङ्करभाग-इशानकोमबाट प्रारम्भ गरेर दाहिने पट्टि वाट स्थापना र पूजा गर्दै लाँदा पञ्चदेव सुख प्रदा हुन्छन् । यस क्रममा व्यतिक्रम भयो भने हानि प्रदा हुन्छन् । उपर्युक्त पाञ्चायन पूजा सम्बन्धि श्लोकहरूको अर्थ मनन गर्दै लाँदा उक्त निर्णयसिन्धु को भाव यो बुझिन्छ-माझमा प्रधान देवताको पूजा गरेर कोणमा जाँदा ईशानकोण बाट प्रारम्भ गरी दाहिने पट्टिबाट आग्नेय, वामव्य र नैऋत्यकोणमा स्थापना र पूजा गर्दै लाँदा सुख शान्ति मिल्दछ ।

२. क्रम दुई प्रकार को हुन्छ—सृष्टि उत्पति क्रम र लय क्रम । मध्य भाग बाट पूजा प्रराम्भ गर्नु सृष्टिक्रम हो । गणेश बाट प्रारम्भ गरी मध्यभाग मा जानु लय क्रम हो ।

T

प्रारम्भ गरेरे ईशान, आग्नेय, नैऋत्य र वायव्य कोणमा पुगेपछि पूजाको क्रम पुरा गरेको छ । एवं 'देवी भागवत्' मा प्रष्टगरी मध्यभागबाटै पूजा प्रारम्भ गरेको देखिन्छ—

भवानीं तु यजेन्मध्ये तथेशान्यां तु माधवम् ।
आग्नेयां गिरिजानाथं गणेशं रक्षसां दिशि ।
वायव्यामर्चमेत् सूर्यमिति देवस्थितिक्रमः ।।

—देवी भा०ए०स्क० अ० १७

भवानीकों मध्यभागमा पूजा गरेर ईशानकोणमा[१] विष्णु को, आग्नेय कोणमा गिरिजापति (शिवजीको), नैऋत्यकोणमा गणेशजीको, वायव्य कोणमा सूर्यको पूजा गर्नु । यहीनै पञ्चदेवको पूजाको क्रम हो, एवं माथि प्रकोष्टमा पनि निर्दिष्ट छ ।

गणेश पाञ्चायन, सूर्यपाञ्चायन, देवीपाञ्चायन, शिवपाञ्चायन र विष्णु पाञ्चायन, यी सबैको बराबरै महत्व छ । अब यहाँ विष्णुपाञ्चायनका क्रमले पूजा गरिन्छ ।

विष्णुको ध्यान

मध्यमागमा—उपर्युक्त क्रमले मध्यप्रकोष्ठमा विष्णु को स्थापना गरि ध्यान गर्नु ।

शान्ताकारं भुजगशयनं पद्मनाभं सुरेशं
विश्वाधारं गगनसदृशं मेघवर्णं सुभाङ्गम् ।

---

१. माझमा प्रधान देवताको पूजा गरेर ईशानकोण वाट अर्चना गर्दै लॉदा सोमसूत्रको उल्लघन हुदैन ।

T

लक्ष्मीकान्तं कमलनयनं योगिभिर्ध्यानगम्यं
वन्दे विष्णुं भवभयहरं सर्वलोकैकनाथम् ।।

—भगवद्गीतायाम्

ॐ इदं विष्णुर्विचक्रमे त्रेधानिदधे पदम् । समूढमस्य पाᳬसूरे स्वाहा ।—यजुर्वेद अ० ५ मन्त्र १५

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णवे नमः, ध्यानं समर्पयामि,—(भन्नु र ध्यान समर्पण गर्नु) ।

शिवजी को ध्यान

ईशानमा—उत्तर र पूर्वदिशाका मध्यभागलाई ईशान भन्दछन् । ईशान कोणमा शिवजीको ध्यान गर्नु ।

वन्दे देवमुमापतिं सूरगुरुं वन्दे जगत्कारणम्
वन्दे पन्नगभूषणं मृगधरं वन्दे पशूनां पतिम् ।
वन्दे सूर्यशशाङ्कवह्निनयनं वन्दे मुकुन्दप्रियं
वन्दे भक्तजनाश्रयञ्च वरदं वन्दे शिवंशङ्करम् ।।

ॐ नमः शम्भवाय च मयो भवाय च नमः शङ्कराय च मयस्कराय च नमः शिवाय च शिवत्तराय च ।।

—यजुर्वेद अ० १६ मन्त्र ४१

ॐ भूर्भुवः स्वः शिवाय नमः ध्यानं समर्पयामि ।—(भन्नु र ध्यान समर्पण गर्नु) ।

गणेश जी को ध्यान

आग्नेयमा—पूर्व र दक्षिणका मध्यभागलाई आग्नेय भन्द छन् । आग्नेय कोणमा गणेशजीको ध्यान गर्नु ।

सदूर्वादलं कुम्कुमं रक्त पुष्पं
तथा चन्दनं सुन्दरं रक्तवस्त्रम् ।
सदा धारकं ज्ञानमूर्तिं ह्यखण्डं
प्रभुं सिद्धिदन्तं गणेश नमामि ।।

—भगवत्समर्चा

ॐ गणानान्त्वा गणपति ᳦ हवामहे प्रियाणान्त्वा प्रियपति᳦ हवामहे निधीनान्त्वा निधिपति ᳦ हवामहे व्वसो मम । आहमजानि गर्ब्भधमा त्वमजासि गर्ब्भधम ।

—यजुर्वेद अ० ३ मन्त्र १९

ॐ भूर्भुवः स्वः गणपतये नम, ध्यानं समर्पयामि,—(भन्नु र ध्यान समर्पण गर्नु) ।

सूर्यको ध्यान

नैऋत्य कोणमा—दक्षिण र पश्चिमका मध्यभागलाई नैऋत्य भन्दछन् । नैऋत्य कोणमा सूर्यको ध्यान गर्नु ।

ध्येयः सदा सवितृ मण्डलमध्यवर्ती
नारायणः सरसिजासन सन्निविष्टः ।
केयूरवान्मकरकुण्डलवान्किरीटी
हारी हिरण्मयवपुर्धृत शङ्खचक्रः ।।

—आदित्यहृदयस्तोत्रः

ॐ आकृष्णेन रजसा वर्त्तमानो निवेशयन्नमृतम्मर्त्यञ्च ।

T

हिरण्ययेन सविता रथेना देवो याति भुवनानि पश्यन् ।

—यजुर्वेद अ० ३३ मन्त्र ४३

ॐ भूर्भुवः स्वः सूर्याय नमः ध्यानं समर्पयामि, (भन्नु र ध्यान समर्पण गर्नु ।

देवीको ध्यान

वायव्य कोणमा—पश्चिम र उत्तर का मध्यभागलाई वायव्य भन्दछन् । वायव्यकोणमा देवी (जगदम्वा) को ध्यान गर्नु ।

बन्धुककाञ्चननिभं रुचिराक्षमालां
पाशाङ्कुशौ च वरदां निजबाहुदण्डैः ।
बिभ्राणमिन्दुशकलाभरणं त्रिनेत्रा-
मर्धाम्बिकेशमनिशं वपुराश्रयामि ।

—दुर्गासप्तसत्याम्

ॐ देवीद्द्वारऽ ईन्द्र ꣳसङ्घाते व्विड्विर्य्यामन्न बर्द्धयन् । आवत्त्सेन तरुणेन कुमारेण च मीवतापार्व्वाण ꣳरेणुककाटन्नुदन्तां ब्बसुवने ब्बसुधेयस्य ब्यन्तु षज ।।

—यजुर्वेद अ० २८ मन्त्र १३

भूर्भुवः स्वः दैव्यै नमः, ध्यानं समपर्यामि,—(भन्नु र ध्यान समर्पण गर्नु) ।

पुरुषसूक्तका षोडशमन्त्र द्वारा पूजा

पञ्चदेवको भिन्नै भिन्नै पूजा गर्दा पनि हुन्छ र एकै साथमा पूजा गर्दछु भन्दा पनि हुन्छ । पूजा गर्दा पुरुष

सूक्तका[१] षोडश मन्त्रद्वारा षोडशोपचारले पूजा गर्नु । पूजा गर्ने चिजको अभाव भएमा पञ्चोपचारले अथवा आफुसँग भएका पत्रपुष्पादिले सभक्ति पूजा गर्नु ।

आवाहन गर्ने मन्त्र

ॐ सहस्र शीर्षा पुरुषः सहस्राक्षः सहस्रपात् । सभूमि ᳪ सर्वतस्पृत्वात्त्यतिष्ठद्दशाङ्गुलम् ।।१।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णु पाञ्चायन देवताभ्यो नमः, आवाहनं (स्वागतं) समर्पयामि ।–(भन्नु र ध्यान र [२]स्वागत गर्नु) ।

आसन समर्पण गर्ने मन्त्र

ॐ पुरुषऽएवेद ᳪ सर्व्वं यद् भूतं य्यच्च भाव्यम् । उतामृतत्त्व-सेशानो यदन्नेन तिरोहति ।।२।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः, आसनं समर्पयामि ।—(भन्नु र आसन समर्पण गर्नु) ।

पाद्यजल समर्पणगर्ने मन्त्रः

ॐ एतावानस्य महिमातोज्ज्यायाँश्च पूरुषः ।। पादोस्य

---

१. पौरुषेण तु सूक्तेन व्याहृत्या वा समाहिताः ।
मूलमन्त्रेण वा कुर्यात् श्रीश्चते इति मन्त्रतः ॥
—देवी भा० स्क० १२
पाञ्चायन पूजा गर्दा समाहित चित्त गरी पुरुष सूक्तले वथवा व्याहृतिपूर्वक मूलमन्त्रले वा 'श्रीश्चते:' भन्ने मन्त्रले पूजा गर्नु भनि आज्ञा गरेका छन् ।

२. सधैं पूजागरि राखेका देवताको आवाहन र विसर्जन गर्नु हुँदैन । त्यस कारण 'स्वागत' भनेको हो ।

T

विश्वाभूतानि त्रिपादस्यामृतन्दिवि ।।३।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः, पादयोः पाद्यजलं समर्पयामि ।–(भन्नु र दुवै पाउमा पाद्यजल समर्पण गर्नु,) ।

अर्घ्यजल समर्पणगर्ने मन्त्र

ॐ त्रिपादूर्द्वऽउदैत्पुरुषः पादोस्येहा भवत्पुनः ।। ततो व्विष्वङ्व्यक्रा मत्सासनानशनेऽअभि ।।४।।

ॐ भूभुर्वः स्वः विष्णु पाञ्चायन देवताभ्यो नमः, अर्घ्यजलं समर्पयामि ।–(भन्नु र अर्घ्यजलसमर्पण गर्नु) ।

आचमनजल समर्पणगर्ने मन्त्र

ॐ ततो व्विराडजायत व्विराजोऽअधिपूरुषः ।। सजातो अत्त्यरिच्यत पश्चाद् भूमिमथो पुरः ।।५।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः, आचमनं जलं समर्पपयामि ।—(भन्नु र आचमनजल समर्पण गर्नु) ।

स्नानीयजल समर्पण गर्ने मन्त्रः

ॐ तस्माद्यज्ञात्त्सर्वहुतः सम्भृतम्पृषदाज्ज्यम् ।। पशूँस्ताश्चक्रे व्वायव्यानारण्ण्यागग्राम्याश्चये ।।६।।

ॐ भूर्भुव स्वः विष्णु पाञ्चायन देवताभ्यो नमः, स्नानीयजलं समर्पयामि ।–(भन्नु र स्नानीयजल समर्पण गर्नु) ।

पञ्चामृतले स्नान गराउने मन्त्र

ॐ पञ्चनद्द्यः सरस्वतीमपियन्ति सस्रोत सः ।। सरस्वती

T

तु पञ्चधा सो देसे भवत्सरित् ।।—यजुर्वेद अ० ३४ मन्त्र ११

ॐ भुभुर्वः स्वः विष्णु पाञ्चायन देवताभ्यो नमः, पञ्चामृतस्नानं समर्पयामि ।—(भन्नु र पञ्चामृतले स्नान गराउनु) । एवं पाँच प्रकार का अमृतले स्नान गराउने मन्त्र तल निर्दिष्ट छन् ।

दुधले स्नान गराउने मन्त्र

ॐ पयः पृथिव्याम्पयऽओषधीषु पयोदिव्यन्तरिक्षे पयोधाः ।। पयस्वतीः प्प्रदीशः सन्तु मह्यम् ।।

—यजुर्वेद अ० १८ मन्त्र ३६

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णु पाञ्चायन देवताभ्यो नमः पयस्नानं समर्पयामि ।–(भन्नु र दुधले[१] स्नान गराउनु) ।

दहीले स्नान गराउने मन्त्र

ॐ दधिक्क्राणोऽ अकारिषञ्जिष्णोरश्वस्य व्वाजिनः । सुरभिनो मुखाकरत्त्प्रणऽ आयु ꣳ षितारिषत् ।।

—यजुर्वेद अ० २३ मन्त्र ३२

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः, दधिस्नानं समर्पयामि ।—(भन्नुर दहीले स्नान गराउनु) ।

घिउले स्नान गराउने मन्त्र

ॐ घृतम्मिमिक्षे घृतमस्य योनिर्घृतेस्त्रीतो घृतम्वस्य धाम । अनुष्वधमावहमादयस्व स्वाहा कृतं व्वृषभव्वक्षिहव्यम् ।।

—यजुर्वेद अ० १७ मन्त्र ८८

१. तावाका पात्रमा राखेको दुध अशुद्ध हुन्छ चढाउनु हुदैन ।

T

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः, घृतस्नानं समर्पयामि ।—(भन्नु र घिउले स्नान गराउनु) ।

मधुले स्नान गराउने मन्त्र

ॐ मधुव्वाताऽऋतायते मधुक्षरन्ति सिन्धवः ।। माध्वीर्नः सन्त्वोषधीः ।। मधुनक्तमुतोषसो मधुमत्पार्थिव ছं रजः ।। मधुद्यौरस्तु नः पिता ।। मधुमान्नो व्वनस्पतिर्म्मधुमाँऽअस्तु सूर्यः । माद्ध्वीर्गावो भवन्तु नः ।।

—यजुर्वेद अ० १३ मन्त्र २७-२८-२९

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णु पाञ्चायन देवताभ्यो नमः मधुस्नानं समपर्यामि ।—(भन्नु र मधुले स्नान गराउनु) ।

शर्क्करले स्नान गराउने मन्त्र

ॐ अपां ছं रसमुद्द्वयस ঙ सूर्य्ये सन्तঙ समाहितम् ।। अपा ছं रसस्य यो रसस्तंव्वो गृण्हाम्युत्तममुपयाम गृहीतो सीन्द्रायत्त्वा जुष्टङ्गृहाणाम्म्येषते योनिरिन्द्रात्वा जुष्टतमम् ।।

—यजुर्वेद अ० ९ मन्त्र ३

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णु पाञ्चायन देवताभ्यो नमः, सर्करस्नानं समर्पयामि ।- (भन्नु र शर्करले स्नान गराउनु) ।

गन्धोदकले स्नान गराउने मन्त्र

जलमा श्रीखण्ड चन्दन मिलाएर—

ॐ गन्धद्वारं दुराधर्षां नित्यपुष्टां करीषिणीम् ।
ईश्वरीं सर्वभूतानां तामिहोपह्वये श्रियम् ।।

T —लक्ष्मीसूक्त

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः, गन्धोदक स्नानं समर्पयामि ।—(भन्नु र गन्धोदकले स्नान गराउनु) ।

सुगन्धिद्रव्यले स्नान गराउने मन्त्र

ॐ अ ꣳ शुनाते ऽ अ ꣳ शुः पृच्यताम्परुषा परुः ।। गन्धस्ते सोममवतु मदाय रसोऽअच्युतः ।।

—यजुर्वेद अ० २० मन्त्र २७

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः उद्वर्तनस्नानं समर्पयामि । उद्वर्तन स्नानान्ते शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि । शुद्धोदक स्नानान्ते आचमनजलं समर्पयामि ।—(भन्नु र उक्त सुगन्धिद्रव्यादिले स्नान गराएर आचमन गर्नाका लागि शुद्धोजल समर्पण गर्नु) ।

पूजाको क्रम यहां पुगेपछि महाअभिषेक गर्नमनलाग्यो भने पुनः पुरुषसूक्तका १६ मन्त्रले र 'द्यौः शान्तिरन्तरिक्ष ꣳ शान्तिः' (यतोयतः ०'सर्वेषां एष०' भन्ने मन्त्रहरूले महाअभिषेक गरेर ॐ अमृताभिषेकोस्तु । ॐ भूर्भुवः स्वः विष्ण्वादि पाञ्चायन देवताभ्यो नमः, महा अभिषेकं समर्पयामि । भन्नु र महा अभिषेक समर्पण गर्नु ।

वस्त्र चढाउने मन्त्र

ॐ तस्माद्यज्ञात्सर्व्वहुतऽऋचः सामानि जज्ञिरे ।। छन्दा ꣳ सि जज्ञिरे तस्माद्यजुस्तस्मादजायत ।।७।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः वस्त्रं समर्पयामि । —(भन्नु र वस्त्र एवं उपवस्त्र समर्पण गर्नु) ।

T

यज्ञोपवीत चढाउने मन्त्र

ॐ तस्मादश्वाऽ अजायन्त येके चोभयादतः ।। गावोहजज्ञिरे तस्मात्तस्माज्जाता ऽ अजायतः ।।८।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः [1]यज्ञोपवीतं समर्पयामि ।—(भन्नु र यज्ञोपवीत समर्पण गर्नु) ।

चन्दन चढाउने मन्त्र

ॐ तं य्यन्यम्बर्हिषिप्प्रौक्षन्पुरुषञ्जातमग्रतः ।। तेन देवाऽअयजन्तसाध्याऽऋषयश्चये ।।९।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः चन्दनं समर्पयामि । —(भन्नु र चन्दन चढाउनु) ।

अक्षता चढाउने मन्त्र

ॐअक्षन्नमीमदन्त ह्यवप्प्रियाऽअधूषत ।। अस्तोषत स्वभानवोव्विप्प्रान विष्ठयामती योजान्विन्द्रते हरि ।।

—यजुर्वेद अ० ३ मन्त्र ५१

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः अक्षतान्[2]

---

१. यज्ञोपवीतम्परमं पवित्रं प्रजापतेर्यत्सहजं पुरस्तात् ।
आयुष्यमग्र्यं प्रतिमञ्चशुभ्रं यज्ञोपवीतं वलमस्तु तेजः ।।
यज्ञोपवीतमसि यज्ञस्यत्वा यज्ञोपवीतेनोपनह्यामि ।।
ॐ भूर्भुवः स्वः विष्ण्वादि पाञ्चायन देवताभ्यो नमः यज्ञोपवीतं समर्पयामि । भन्नु र यज्ञोपवीत समर्पण गर्नु ।

२. विष्णुलाई अक्षता, गणेशलाई तुलसी, देवीलाई दूवो, सूर्य र गणेशलाई विल्वपत्र (वेलका पात), शिवजीलाई केतकीको पुष्प चढाुनु हुदैन ।

समर्पयामि ।–(भन्नु र अक्षता चढाउनु) ।

पुष्प माला र पुष्प चढाउने मन्त्र

ॐ यत्पुरुषं व्यदधुः कतिधाव्यकल्पयन् ।। मुखङ्किमस्यासीत्किम्बाहू कि मूरु पादा ऽ उच्च्यते ।।१०।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायत्त देवताभ्यो नमः, पुष्पं (पुष्पाणि) समर्पयामि ।- (भन्नु र नाना प्रकारका पुष्प र माला चढाउनु) ।

विष्णुलाई[1] तुलसीपत्र चढाउने मन्त्र

ॐ विष्णोः कर्मांणि पश्यत यतोब्रततानि पस्पशे ।। ईन्द्रस्य युज्ज्यः सखा ।।—यजुर्वेद अ० १३ मन्त्र ३३

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णवे नमः तुलसी पत्रं (पत्राणि) समर्पयामि । (भन्नु र तुलसीका पातहरु[2] र मञ्जरी चढाउनु) । तुलसी मञ्जरीले विष्णु र शिवको[3] पूजा अत्युत्तम मानिएको छ ।

---

१. तुलसीको प्रार्थना—
देवैस्त्वं निर्मितापूर्वमर्चितासि मुनीश्वरैः
नमो नमस्ते तुलसि पापं हर हरि प्रिये ।।-
(पदम् पु० कार्तिक म० अ० ६)

२. तुलसीपत्र टिप्नेमन्त्र—
तुलस्यमृतजन्मासि सदा त्वं केशव प्रिये ।
केशवार्थं विचिन्चामि वरदाभव शोभने ।

३. तुलसी मञ्जरीले हरिहरको पूजा—
तुलसी मज्जरीभिर्यः कूर्याद् हरिहरार्चनम् ।
न स गर्भगृहं याति मुक्तिर्भागी न संशयः ।
(पद्म पु०-कार्तिक म० अ० १८ श्लो० १३)

T

शिवजीलाई विल्वपत्रचढाउने मन्त्र

ॐ शिवोभव प्रजाभ्यो मानुषीभ्यस्त्वमङ्गिरः ।। माद्यावा पृथिवीऽ अभिशोचीर्म्मान्तिरिक्षम्मा व्वनस्पतीम् ।।

—यजुर्वेद अ० ११ मन्त्र ४५

ॐ भूर्भुवः स्वः शिवाय नमः, विल्वपत्रं [1]समर्पयामि । (भन्नु र विल्वपत्र[2] समर्पण गर्नु) ।

गणेशलाई दूर्वादल चढाउने मन्त्र

ॐ काण्डात्काणाडात्प्ररोहन्ती परुषः परुषस्परि ।। एवानो

---

१. विल्वपत्र टिपने मन्त्र—

अमृतोद्भव ! हे वृक्ष ! महादेवप्रिय सदा ।
गृण्हामि तव पत्राणि शिवपूजार्थमादरात् ॥

सदा सर्वदा महादेव का प्रिय अमृतवाट उत्पन्न भएका हे विल्ववृक्ष ! शिवपूजनका निमित्त आदर पूर्वक म हजुरका पात टिप्तछु भनि वेलका पात टिपेर शिवजीलाई चढाउनु ।

पञ्चाक्षरेण मन्त्रेण विल्वपत्रैः शिवार्चनम् ।
करोति श्रद्धया यस्तु स गच्छेदैश्वरं गतिम् ॥—ब्रह्माण्डपुराणे

जो मनुष्य पञ्चाक्षर मन्त्र (ॐ नमः शिवाय) मनले उच्चारण गरेर विल्वपत्रहरूले शिवजीको पूजा गर्दछ, त्यो मनुष्यते ऐश्वर्यपद (शिवपद) प्राप्त गर्दछ । अर्थात् यो लोकमा ऐश्वर्यवान् भएर परलोकमा पनि ऐश्वर्यगति (शिवतत्त्वमा) प्राप्त हुन्छ ।

२. चतुर्थी, अष्टमी, नवमी, चतुर्दशी, अमावस्या र संक्रान्ति एवं सोमवार का दिन विल्वपत्र टिप्नु हुदैन । ६ महिना सम्म विल्वपत्र वासी हुदैंन, चढाउनु हुन्छ ।

T

दूर्व्वे प्रतनु सहस्रेण शतेन च ।।

—यजुर्वेद अ० १३ मन्त्र२०

ॐ भूर्भुवः स्वः गणपतये नमः दूर्वादलं समर्पयामि । (भन्नुर र गणेशलाई दूर्वादल (दूवो) चढाउनु) ।

सूर्यलाई पुष्प चढाउने मन्त्र

नाना प्रकारका पुष्प हुन्छन् उपलब्ध भएमा सूर्यलाई रातोपुष्प चढाउनु ।

ॐ सविता त्त्वा सवाना छं सुवतामग्निर्गृहपतीना छं सोमो व्वनस्पतीनाम् ।। ब्बृहस्पतिर्ब्बाचऽईन्द्रोज्ज्यैष्ठ्ठ्याय रुद्रः पशूभ्यो मित्रः सत्त्यो वरुणो धर्मापतीनाम् ।।

—यजुर्वेद अ० ९ मन्त्र ३९

ॐ भूर्भुवः स्वः सूर्याय नमः, पुष्पं समर्पयामि ।—(भन्नुर पुष्प चढाउनु) ।

देवीलाई पुष्प चढाउने मन्त्र

ॐ श्श्रीश्चते लक्ष्मी श्च पत्न्या व हो रात्रे पार्श्वे नक्षत्राणि रूपमश्विनौ व्यात्तम् ।। इष्णन्निषाणामुम्मऽइषाण सर्वलोकम्मऽ इषाण ।।—यजुर्वेद अ० ३१ मन्त्र २२

ॐ भूर्भुवः स्वः देव्यै नमः, पुष्पं समर्पयामि ।—(भन्नु र पुष्प चढाउनु) ।

नाना परिमल द्रव्य चढाउने मन्त्र

ॐ अहिरिव भोगैः पर्य्येति बाहु ज्ज्याया हेतिम्परि-

T

वाधमानः ।। हस्तघ्नोव्विश्वव्वयुनानि व्विद्वान्पुमान्पुमा ꣳ सम्परिपातु विश्वतः ।। —यजुर्वेद अ० २९ मन्त्र ५१

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः नाना-परिमल[1] द्रव्याणि समर्पयामि ।—(भन्नु र नाना परिमलद्रव्य समर्पण गर्नु) ।

धूप समर्पण गर्ने मन्त्र

ॐ ब्राह्मणोस्य मुखमासी द्बाहूराजन्यः कृतः ।। ऊरूतदस्य यद्वैश्यः पद्भ्या ꣳ शूद्रोऽअजायत ।।११।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः धूपं आघ्रापयामि ।—(भन्नु र धूप समर्पण गर्नु) ।

दीप दर्शन गराउने मन्त्र

ॐ चन्द्रमा मनसो जातश्चक्षोः सूर्योऽ अजायत । श्रोत्रादबायुश्च प्राणश्च मुखादग्निरजायत ।।१२।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः, दीपं दर्शयामि । -(भन्नु र दीपदर्शन गराउनु) ।

नैवेद्य समर्पण गर्ने मन्त्र

ॐ नाभ्याऽ आशीदन्तरिक्ष ꣳशीर्ष्णो द्यौः समवर्त्तत ।। पद्भ्याम्भूमिर्द्दिशः श्रोत्रात्तथा लोकाँ२ ।।ऽ अकल्पयन् ।।१३।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्योनमः नैवेद्यं

---

१. नाना परिमलद्रव्य भनेको-रोरी, अवीर, बुक्का, सिन्दुर इत्यादि धेरै थोक मिलाएर चूर्ण वनाउदा नाना परिमलद्रव्य हुन्छ ।

T

विनेदयामि —(भन्नु र नैवेद्य चढाउनु) । घेरै प्रकारका नैवेद्य छन् भने नाना नैवेद्यं निवेदयामि । भन्नुर नाना प्रकार का नैवेद्य समर्पण गर्नु ।

अनन्तर हातमा जल लिएर आचमनीले पाँच पल्ट जल अर्पण गर्नु । जल समर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र—**ॐ प्राणाय स्वाहा, ॐ अपानाय स्वाहा, ॐ व्यानाय स्वाहा, ॐ उदानाय स्वाहा, ॐ समानाय स्वाहा ।**

यस प्रकार जल अर्पण गरिशके पछि **उत्तरापोशनं हस्तप्रक्षालनं मुखप्रक्षालनं आचमनीयं च समर्पयामि ।** -(भन्नु र करोद्वर्तनका लागि चन्दन समर्पण गर्नु) ।

फल चढाउने मन्त्र

ॐ याः फलिनीर्य्या ऽ अफलाऽ अपुष्पा याश्च पुष्पिणी ।। ब्बृहस्पतिप्रसूतास्तानो मुञ्चन्त्वꣳहसः ।।

—यजुर्वेद अ० १२ मन्त्र८९

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णु पाञ्चायन देवताभ्यो नमः फलं समर्पयामि ।— (भन्नु र नाना प्रकार का ऋतुफल चढाउनु)

ताम्बुल र पूगीफल चढाउने मन्त्र

ॐ यत्पुरुषेण हविषा देवा यज्ञमतन्वत ।। व्वसन्तोस्यासी दाज्ज्यङ्ग्रीष्म ऽ इद्ध्मः शरद्धविः ।।१४।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णु पाञ्चायन देवताभ्यो नमः, ताम्बुलं पूगीफलं च समर्पयामि ।—(भन्नु र ताम्बुल र पुगीफल चढाउनु) ।

T

दक्षिणा चढाउने मन्त्र

ॐ हिरण्यगर्ब्भः समवर्त्तताग्रे भूतस्य जातः पतिरेकऽ आशीत् ।। सदाधार प्रतिवीन्ध्यामुते माङ् कस्मै देवाय हविषा विधेम ।। —यजुर्वेद अ० २५ मन्त्र १०

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः, दक्षिणाद्रव्यं समपर्यामि ।—(भन्नु र दक्षिणा चढाउनु) ।

आरती गर्ने मन्त्र

ॐ इद ꣳ हविः प्प्रजननम्मेऽ अस्तु दशवीर ꣳ सर्वगणꣳ स्वस्तये ।। आत्मसनि प्प्रजासनि पशुशनि कोकसन्य भयसनि अग्निः प्प्रजाम्बहुलाम्मे करोत्त्वन्नम्पयोरेतोऽ अस्मासुधत्त ।।

—यजुर्वेद् अ० १९ मन्त्र ४८

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः कर्पूरार्त्तिक्यं दर्शयामि । —(भन्नु र कपूर को अथवा घृतसंयुक्त पञ्चवर्त्तिको आरती दर्शन गराउनु) ।

पाञ्चायन देवता को आरती

ॐ करुणापारावारं कलिमल परिहारं
कद्रुसुतशयितारं करधृतकह्लारम् ।।
घनपटलाभ शरीरं कमलोद्भवपितरं
कलये विष्णु मुदारं कमलाभर्त्तारम् ।।

ॐ जय देव जय देव जय केशव हर गजमुखसवितर्नग-तनयेऽहं चरणौ तव कलये । ॐ देव जय देव० ।।१।।

भूधरजारतिलीलं मंगलकरशीलं
भुजगेशस्मृतिलोलं भुजगावलिमालम् ।
भूषाऽकृतिमतिविमलं संघृतगाङ्गजलं
भूयोनौमिकृपालं भूतेश्वरमतुलम् ।।
ॐ जय देव जय देव जय केशवहरग-
जमुखसवितर्नगतनयेऽहं चरणौतनकलये ।

जो विष्णु करुणा का समुद्र होई बक्सिन्छ, जो कलिका मललाई परिहार (हरण) गरिबक्सिन्छ, जो कद्रु का पुत्र शेषनागमा शयन गर्नुहुन्छ, जसले हातमा कल्हार (कमल) धारणा गरेको छ, त्यस्ता ती विष्णु भगवानलाई म बारम्बार नमस्कार गर्दछु । जो घनपटल (आकाश) को जस्तो नीलोवर्ण भएका हुनुहुन्छ, जो कमलबाट उत्पन्न भएका ब्रह्माजीका पिता होई बक्सिन्छ, जो लक्ष्मीजी का भर्त्ता (पति) अत्यन्त उदार होईबक्सिन्छ, त्यस्ता ती विष्णुभगवानलाई म बारम्बार नमस्कार गर्दछु ।

हे देव ! हजुरलाई उत्कर्ष प्राप्त होओस्, हे देव ! हजुरलाई उत्कर्ष प्राप्त होओस् । हे केशव ! हे हर ! हे गजमुख (गणेशजी) ! हे सविता (सूर्य)) ! नगतनये (पार्वती-दुर्गा) ! हजुरको जयहोस्, हजुरका चरणलाई म वन्दना गर्दछु । हे देव ! हजुरको जय होस्, जय होस् ॥१॥

पर्वतकन्या पार्वती को रतिजन्य लीला को अनुभव गर्नें, स्वभावतः सम्पूर्ण (जगत्) लाई मंगल गर्नें, भुजगेश (सर्पराज) का स्मृतिमात्रले चञ्चलमानस भएका, भुजगावलि (सर्प-समूह) का माला धारण गर्नें, अति भूषित आकृति (देवता, सिद्ध, ऋषि, मुनि, योगीजन का र भक्तजनहरूका अन्तर्हृदयमा अत्यन्त प्रियलाग्ने सुन्दर आकृति) भएका,

T

ॐ जय देव जय देव० ।।२।।

विघ्नारण्यहुताशं विहिताऽनयनाशं

विपदवनीधरकुलिशं विधृताङ्कुशपाशम् ।।

विजयार्कज्वलिताशं विदलित भवपाशं

विनताःस्मोवयमनिशं विद्याविभवेशम् ।।

ॐ जय देव जय देव जय केशवहरगजमुखस-वितर्नगतनयेऽहं चरणौ तव कलये । ॐ जय देव ! जय देव० ।।३।।

कश्यपसूनुमुदारं कालिन्दी पितरं

अतिविमल (अत्यन्त निर्मल) गंगाजललाई धारण गर्नें, सम्पूर्ण भूतप्राणीहरुका ईश्वर अर्थात् ब्रह्मादि सकलप्राणिहरुका ईश्वर भगवान शङ्करजी होइवक्सिन्छ जस्को कुनै उपमानै छैन, जो कृपालु-दयाका सागर होईवस्किन्छ, त्यस्ता ती शङ्करभगवानलाई म बारम्बार नमस्कार गर्दछु ।

हे देव ! हजुरलाई उत्कर्ष प्राप्त होओस, हे देव ! हजुरलाई उत्कर्ष प्राप्त होओस् । हे केशव ! हे हर ! हे गणेशजी ! हे सूर्य ! हे पार्वती-दुर्गा ! हजुरको जयहोस्, हजुरका चरमलाई म वन्दना गर्दछु । हे देव ! हजुरको जय होस्, जय होस् ॥२॥

जो विघ्नरूप वनका लागि अग्निका समान हुनु हुन्छ, जो अनय (अमंगल) को नाशगर्नें, विपत्तिरुप पर्वत (अवनीश्वर का लागि जो इन्द्रका बज्रका समान हुनुहुन्छ, जसले अङ्कुश तथा पाश धारण गरेको छ, विजयरूपी सूर्यद्वारा जो आशाहरुको दिप्तिगर्नें हुनुहुन्छ, नाना प्रकाका विघ्नहरुलाई दूर गरेर विजय र इच्छित फललाई प्रदान

कालत्रितयविहारं कामुकमन्दारम् ।।
करुणयाब्धिमपारं कालानलमदरं
कारण तत्त्वविचारं कामय उष्मकरम् ।।
ॐ जयदेव जयदेव जय केशव हर गजमुखस-
वितर्नगतनयेऽहं
चरणौ तव कलये । ॐ जय देव ! जय देव ! ।।४।।

गर्नुहुन्छ, संसाररूप बन्धनलाई नाश गर्नें भएका,
विद्या और ऐश्वर्यका मालिक भएका त्यस्ता ती गणेशजी प्रति हामी सदा विनीत छौं ।

हे देव ! हजुरलाई उत्कर्ष प्राप्त होओस्, हे देव ! हजुरलाई उत्कर्ष प्राप्त होओस् । हे केशव ! हे हर ! हेगणेशजी ! हे सूर्य ! हे पार्वती दुर्गा ! हजुरको जय होस्, म हजुरका चरणलाई वन्दना गर्दछु । हे देव ! हजुरको जय होस्, जय होस् ॥३॥

महर्षि कश्यपका उदारपुत्र भगवान सूर्य हुनुहुन्छ, जो यमुना (कालिन्दी) का पिता हुनुहुन्छ, जो तीनैकाल (भूत, भविष्य, वर्तमानकाल) मा सर्वदा विहरणशील हुनुहन्छ, जो कामीजनका लागि मन्दारतरुका समान हुनुहुन्छ (कामीजनको इच्छा पूर्णगरि दिनु हुन्छ) । अपार समुद्रका समान करुणा का सागरहोई बक्सिन्छ, जो कालाग्निले त्रस्त भएका मनुष्यहरूका लागि अभयस्थान होईबक्सिन्छ (कालानलमदरं), जो कारणरुप तत्त्वात्मक ब्रह्मको विचार गर्नेवाला होईबक्सिन्छ, जो ऊष्मा (कालाग्नि) को उत्पन्न गर्नेवाला हुनुहुन्छ (ऊष्माकरम् जो ऊष्मकिरणवाला छन् यो पनि अर्थ ऊष्माकरको हुन्छ), यस्ता सूर्य— भगवानलाई आफ्ना उपास्यरूपमा म सदा कमना गर्दछु ।

हे देव ! हजुरलाई उत्कर्ष प्राप्त होओस्, हे देव ! हजुरलाई उत्कर्ष प्राप्त होओस् ! हे केशव ! हे हर ! ह गणेशजी ! हे सूर्य !

निगमैर्नुतपदकमले निहतासुरजाले
हस्ते धृतकरवाले निर्जरजनपाले ।।
नितरां कृष्ण कृपाले निरवधिगुणलीले
निर्जरनुतपदकमले नित्योत्सवशीले ।।
ॐ जय देव जय देव जय केशव हर
गजमुखसवितर्नगतनयेऽहं
चरणौ तव कलये ।।ॐ जय देव ! जय देव ! ।।५।।

–आह्निक सूत्रावलिः

इति पाञ्चायन आरती

हे पार्वती-दुर्गा ! हजुरको जय होस्, हजुरका चरणलाई म वन्दना गर्दछु । हे देव ! हजुरको जयहोस्, जय होस् ।।४।।

हे दुर्गे ! सम्पूर्णवेद हरू हजुरका चरणकमलको वन्दना गर्दछन्, हजुरले असुर समूहको नाश गर्नु भएको छ, हजुरले हातमाखड्ग धारण गरेको छ, हजुर सदा देवताहरुको रक्षा गर्नु हुन्छ, तपाई राम्रातरिकाले कृष्णलाई कृपाप्रदान गर्ने होईवक्सिन्छ, हजुरकालीलाको एवं गुणको कुनै सीमा छैन, देवताहरू हजुरका चरणकमलमा निरन्तर प्रणाम गर्दछन्, हजुर स्वभावतः नित्य उत्सव मनाई बक्सिन्छ, यस्ता प्रकारका गुणले सम्पन्न भएकी हे दुर्गे हजुरको जय होस् ।

हे देव ! हजुरलाई उत्कर्ष प्राप्त होओस्, हे देव ! हजुरलाई उत्कर्ष प्राप्त होओस् । हे केशव ! हे हर ! हे गणेशजी ! हे सूर्य ! हे पार्वती—दुर्गा ! हजुरको जयहोस्, म हजुरका चरणलाई वन्दना गर्दछु । हे देव ! हजुरको जय होस्, जयहोस् ।।५।।

T

इति पाञ्चायन आरती

कर्पूरगौरं करुणावतारं सन्सारसारं भुजगेन्द्रहारम् ।
सदावसन्तं हृदयारविन्दे भवं भवानी सहितं नमामि ।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः, आरार्त्तिक्यं दर्शयामि ।—(भन्नु र कपूरको अथवा धृतसंयुक्त पञ्चवर्त्तिको आरती दर्शन गराउनु) ।

प्रदक्षिणा गर्ने मन्त्र

ॐ सप्तास्यासन्परिधयस्त्रिः सप्तसमिधः कृताः ।।
देवा यद्यज्ञन्तन्वानाऽ अबद्ध्नन्पुरुम्पशुम् ।।१५।।
यानि कानि च पापानि जन्मातरकृतानि च ।
तानि सर्वाणि नश्यन्ति प्रदक्षिण पदे पदे ।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णु पाञ्चायन देवताभ्यो नमः, प्रदक्षिणां समर्पयामि ।- (भन्नु र प्रदक्षिणा गरेर समर्पण गर्नु) ।

पुष्पाञ्जलि गर्ने मन्त्रहरू

ॐ यज्ञेन यज्ञमयजन्त देवास्तानि धर्म्माणि प्रथमान्यासन् ।।
तेहनाकम्महिमानः सचन्त यत्र पूर्वेसाद्ध्याः सन्ति देवाः ।।१६।।

—यजुर्वेद अ० ३१ एते षोडशमन्त्राः

ॐ राजाधिराजाय प्रसह्य साहिने
नमो वयं वै श्रवणाय कूर्महे ।
स मे कामान्कामकामाय मह्यं
कामेश्वरो वै श्रवणो दधातु ।।

ॐ कुबेराय वैश्रवणाय महाराजाय नमः ।।

ॐ स्वस्ति साम्राज्यं भौज्यं स्वराज्यं वैराज्यं पारमेष्ठ्यं राज्यं महाराज्यमाधिपत्यमयं समन्तपर्यायी स्यात्सार्व भौमः सार्वायुषऽआन्तादापरार्धात्पृथिव्यै समुद्र पर्यन्तायाऽ एकराडिति । तदप्येषश्लोकोभिगीतो मरुतः परिवेष्टारो मरुतस्यावसन्गृहे आवीक्षितस्य कामप्रेर्व्विश्वेदेवाः सभासद इति ।

ॐ व्विश्वतश्चक्षुरुत व्विश्वतोमुखो व्विश्वतोबाहुरुतविश्व-तस्पात् । सम्बाहुभ्यान्धमतिसम्पतत्रै र्द्यावा भूमी जनयन्देवऽ एकः ।। —यजुर्वेद अ० १७ मन्त्र १९

शान्ताकारं भुजगशयनं० वन्दे देवमुमापतिं०, इत्यादि पञ्चदेवका स्तुतिहरू गरेर ।

नाना सुगन्धपुष्पाणि यंथाकालोद्भवानि च ।
पुष्पाञ्जलिं मया दत्तं गृहाण परमेश्वर ! ।।

ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताभ्यो नमः पुष्पाञ्जलिं समर्पयामि ।—(भन्नु र भक्ति पूर्वक पुष्पाञ्जलि समर्पण गर्नु) ।

क्षमा प्रार्थना

आवाहनं न जानामि न जानामि विसर्जनम् ।
पूजां चैव नजानामि क्षमस्व परमेश्वर ।।
अन्यथा शरणं नास्ति त्वमेव शरणं मम ।
तस्मात्कारुम्यभावेन क्षमस्व परमेश्वर ।।
गतं पापं गतं दुःखं गतं दारिद्र्यमेव च ।

आगताः सुखसम्पत्ति पुन्याच्च तव दर्शनात् ।।
मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरेश्वर ।
यत्पूजितं मयादेव परिपूर्णं तदस्तु मे ।।
यदक्षरं पदं भ्रष्टं मात्राहीनं च यद्भवेत् ।
तत्सर्वं क्षम्यतां देव प्रसीद परमेश्वर ।।

यस प्रकार सभक्ति क्षमा प्रार्थना गरेर परमात्मामा समर्पण गर्नु—

हातमाजललिनुर—**अनेनावाहनासनपाद्यादिभिः षोडशोपचारैः अन्योपचारैश्च यथा ज्ञानेन यथामिलितोपचारद्रव्यैः कृतेन पूजनाख्येन कर्मणा ॐ भूर्भुवः स्वः विष्णुपाञ्चायन देवताः प्रीयन्तां नमम । ॐ तत्सत् ब्रह्मार्पणमस्तु ।**

इति क्षमा प्रार्थना

यस्य स्मृत्या च नामोक्त्या तपोयज्ञक्रियादिषु ।
न्यूनं सम्पूर्णतां याति सद्यो वन्दे तमच्युतम् ।।

जसकोनामोच्चारण गर्नाले जप तप यज्ञादि शुभकर्महरू न्यून भएका ठाउमा परिपूर्ण हुन्छन्, त्यस्ता अच्युत (विष्णु) भगवान् लाई म बार बार नमस्कार गर्दछु । **ॐ विष्णवे नमः, ॐ विष्णवेनमः ॐ विष्णवे नमः ।**

T

शङ्खजलको महत्त्व

शङ्खमध्ये स्थितं तोयं भ्रामितं केशवो परि ।
अङ्गलग्नं मनुष्याणां ब्रह्महत्या व्यपोहति ।।

शंखपूर्ण जल केशव भगवान (शालग्राम) माथि दाहिने पट्टिबाट घुमाएर सिञ्चन गर्नाले मनुष्यका अङ्गमा भएका ब्रह्महत्यादि समस्त पाप नष्ट हुन्छन् । त्यस कारण शङ्खका जलले शरीरमा सिञ्चन गर्नु र अब म सम्पूर्ण पापबाट मुक्त भयें भन्ने सम्झनु ।

ॐ भद्रंनोऽ अपिवातयः मनः । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

इति पाञ्चायन पूजा समाप्ता



T

अथ बलिवैश्वदेव विधिः

प्रथम व्यासादि महर्षि हरुले शास्त्रानुसार बलिवैश्वदेवको महत्व वर्णन गरेका छन् । बलिवैश्वदेव न गर्दा [1] दोष लाग्ने, गर्दा अन्नदोषवाट मुक्त होइने । त्यस कारण भोजनका लागि पकाएको हविष्यान्नलाई[2] जुन अग्निमा भोजन तयार गरिन्छ त्यै अग्निलाई

---

१. वैश्वदेवः प्रकर्त्तव्यः पञ्चसूनानुपत्तये ।
कण्डनी पेषणी चूल्ली जलकुम्भोऽथ मार्जनी ॥—धर्मसिन्धु

जाँतोपिद्धा, चुलमा आगोवाल्दा, गाग्रावाट पानीसार्दा, कसिगर बढार्दा, हत्या हुने हिंसाका स्थानलाई पञ्चसूना भन्दछन् । यिनै पाँच प्रकारका जीव घातका पापका निवृत्तिका लागि वैश्वदेव गर्नु पर्दछ ।

२. गोधुमा वृहयश्चैव तिला मुङ्गा यवास्तथा ।
हविष्या इति विज्ञेया वैश्वदेवादि कर्मणि ॥

वैश्वदेवादि कर्ममा—गहुँ, चामल, तिल, मुगी, जौ, यिनै हविष्यान्न हुन् भनेर जान्नु पर्दछ ।

उक्त गोधुमादिका अभावमा-
शाकं वा यदि वा पत्रं मूलं वा यदि वा फलम् ।
सङ्कल्पयेद् यदाऽहारं तेनैव जुहुयाद्हविम् ॥
देवी भा० ए० स्क० अ० २२।१२

साग, पात, फल, मूलले पनि वैश्वदेव गर्न सकिन्छ (तर ती सवै पवित्र हुनु पर्दछ) । भोजनका लागि जो भोग पदार्थ सिद्ध गरिन्छ त्यसैले हवन गर्नु पर्दछ (फलमूलको अभाव भएमा पानीले मात्रै भएपनि वैश्वदेव गर्नु पर्दछ) ।

T

ताम्रकुण्डमा अथवा १८ अङ्गुलिका वेदिमा प्रज्वलित गरेर पूर्वाभिमुख भई घृतसंयुक्त हविष्यान्न (चरु) को हवन गर्नु । चुलामा[३], फलामका पात्रमा, खालि भुइँमा, र खर्परमा हवन निषेध गरेको छ । यदि वेदिर ताम्रकुण्ड पनि निर्मित गरेको छैन भने पानीले भएपनि १८ अङ्गुलिको अथवा एक वित्ताको वेदि वनाएर अग्नि प्रज्वलित गरी हवन गर्नु । उपवासका दिनमा पनि बलिवैश्वदेव गर्नु पर्छ भन्ने शास्त्रहरूमा प्रमाण पाईन्छ । त्यस दिन चामलमा वा रोटीमा घिउ अथवा दुध मिलाए र हवन गर्नु । अभावमा फलमूलले पनि वैश्वदेव गर्न सकिन्छ । आवश्यक पर्‍यो भने बाँसका ढुङ्ग्राले फुकेर प्रज्वलित गर्नु, हातले नाङ्लाले अशुद्ध वस्त्रले हम्किएर अग्नि प्रज्वलित न गर्नु । आहुतिको प्रमाण बएरका दाना अथवा अमलाका दानाजत्रा हुनुपर्दछ । यस नियमका अनुसारले हविष्यान्न तयार पार्नु र अग्निको ध्यान गर्नु ।

अग्निको ध्यानगर्ने मन्त्र

ॐ चत्वारि शृङ्गा त्रयोऽ अस्यपादा द्वे शीर्षे सप्त हस्ता सोऽअस्य त्रिधा वद्धो वृषभो रवीति महादेवो मर्त्यारं आविवेश ।।

—यजुर्वेद अ० १७ मन्त्र ९१

यस प्रकार अग्निको ध्यान गरी हातमा जल लिएर सङ्कल्प गर्नु ।

सङ्कल्पः—ॐ अद्येह अमुकगोत्रोत्पन्न अमुकशर्माहं मम गृहे पञ्चसूना जनित पापक्षयपूर्वक श्री परमेश्वर प्रीत्यर्थं वैश्वदेव कर्म करिष्ये ।

---

३. न चुल्यां नासये पात्रे न भूमौ न च खर्परे ।—धर्मसिन्धु

T

अनन्तर **'पावकनाम्नेः अग्नयेनमः'** भन्ने मन्त्रले अग्नि प्रज्वलित गरेर पूजा गर्नु । **ॐ अग्नये नमः' आसनं समर्पयामि, गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।** यस प्रकार सभक्ति पूजा गरिसकेपछि प्रार्थना गर्नु ।

अग्नि को प्रार्थना–

मुखं यः सर्वदेवानां हव्यभुक् कव्यभुक् तथा ।
पितॄणां च नमस्तस्मै विष्णवे पावकात्मने ।।

यस प्रकार प्रार्थना गरेर अग्निपात्रस्थित अग्निमा वदरीफलका समान अथवा अमलाका फलका समान ७ आहुति, जलपात्रका समीपमा३ आहुति एवं मण्डपमा २० आहुति, अङ्कका स्थानमा दिनु । नुन[१] नलगाएको भोजनको (घिउसँग मुछेका भातको) आहुति[२] दिनुपर्दछ ।

देवयज्ञ–ॐ ब्रह्मणे स्वाहा, इदं प्रह्मणे न मम १।। (भन्नु र एक ग्रास हवन गर्नु) । **ॐ प्रजापतये स्वाहा, इदं प्रजापतये न मम २।।** (भन्नु र अर्को ग्रास हवन गर्नु) । **ॐ गृहाभ्यः**

---

१. कोद्रवं चणकं माषं मसूरं च कुलित्थकम् ।
क्षारं च लवणं चैव बैश्वदेवे विवर्जयेत् ॥
—विश्वामित्र कल्पे

कोदो, चना, माष, मुसुरी, कुलित्था, क्षार, नुन, यिनै वैश्वदेव कर्ममा वर्जित छन् ।

२. अन्नं पर्युषितं चैव परान्नं दुषितं तथा ।
दग्धमन्नं तथोच्छिष्टं वैश्वदेवे विवर्जयेत् ॥
—आह्निक कारिषु

T

स्वाहा, इदं गृहाभ्यः न मम ३ ।। (भन्नु र अर्कोग्रास हवन गर्नु) ।

ॐ कश्यपाय स्वाहा, इदं कश्यपाय न मम ४।।- (भन्नु र अर्को ग्रास हवन गर्नु) ।

ॐ अनुमतये स्वाहा, इदं अनुमतये न मम ५।।- (भन्नु र अर्को ग्रास हवन गर्नु) ।

ॐ विश्वेभ्यो देवेभ्यः स्वाहा, इदं विश्वेभ्यो देवेभ्यो न मम ६।।- (भन्नु र अर्को ग्रास हवन गर्नु)

ॐ अग्नये स्विष्टकृते स्वाहा, इदं अग्नये स्विष्ट कृते न मम ७।।-(भन्नु र अर्को ग्रास हवन गर्नु)

अव हवन गरेर रहेगा हविष्यान्नलाई तीन ग्रास वनाउनु र स्वाहा नभनि जलपात्रका समीपमा—

ॐ पर्जन्याय नमः, इदं पर्जन्याय न मम १।।- (भन्नु र एक ग्रास समर्पण गर्नु) ।

ॐ अद्भ्योनमः, इदं अद्भ्यो न मम २।।- (भन्नु र अर्को ग्रास समर्पण गर्नु) ।

ॐ पृथिव्यै नमः, इदं पृथिव्यै न मम ३।।- (भन्नु र अर्को ग्रास समर्पण गर्नु ।

एवं बासी अन्न, अर्काका घरको अन्न, दुषित अन्न, डढेको अन्न, तथा भोजन पकाएर भाँडामा रहेको अन्न, बलिवैश्वदेवमा वर्जित गरेको छ ।

T

बलिवैश्वदेव गर्ने मण्डल

पूर्व

अग्निपात्र □

ईशानकोण

ॐ ब्रह्मणे स्वाहा १ ।
ॐ प्रजापतये स्वाहा २ ।
ॐ गृहाभ्यः स्वाहा ३ ।
ॐ कश्यपायस्वाहा ४ ।
ॐ अनुमतये स्वाहा ५ ।

ॐ विधात्रे नमः२ ।
ॐ धात्रे नमः१ ।
ॐ वायवे नमः ३
ॐ प्राच्यै नमः ७

अन्नपात्र

अग्निकोण

(जनेउ कण्ठ गरेर)

ॐ वायवे नमः ६
ॐ उदीच्यै नमः १०

ॐ हन्त ते सनकादि मनुष्येभ्यो नमः १८
ॐ भूतानां पतये नमः १७ ॐ उषसे नमः १६
ॐ अन्तरिक्षय नमः १२ ॐ सूर्याय नमः १३
ॐ विश्वेभ्योभूतेभ्योनमः १५ ॐ अन्तरिक्षाय नमः१२
ॐ विश्वेभ्योदेवैभ्यो नमः १४ ॐ ब्रह्मणे नमः ११
(सव्यभएर) यक्ष्मैतत्ते निर्णेजनं नमः २० (अपसव्यभएर) पितृभ्यःस्वधानमः १९

ॐ वायवे नमः ४
अवाच्यै नमः ८

ॐ प्रतिच्यै नमः ९
ॐ वायवे नमः ५

दक्षिण
विश्वेभ्योदेवेभ्योनमः२५
कीटपिपीकादिभ्योनमः२४
वायसभ्योनमः२३
श्वभ्यां नमः२२
गोभ्योनमः २१

उत्तर
ॐ पर्जन्याय नमः १ जलपात्र
ॐ अद्भ्योनमः २
ॐ पृथिव्यै नमः ३

वायव्यकोण पश्चिम नैऋत्यकोण

T

मण्डलमा

मण्डलको द्वार पूर्वपट्टि राख्नु । मण्डल भिन्न जहाँ १ को अङ्क छ त्यहाँ **धात्रेनमः, इदं धात्रेनमः,**- भन्नुर एक ग्राँस समर्पण गर्नु । यस प्रकार १ देखि २० का अङ्कसम्म क्रमपूर्वक ग्रास समर्पण गर्नु ।

जस्तै—**ॐ धात्रे नमः इदं धात्रे न मम १ ।।ॐ विधात्रे नमः इदं विधात्रे न मम २।।ॐ वायवे नमः इदं वायवे न मम ३ ।। ॐ वायवे नमः इदं वायवे न मम ४।। ॐ वायवे नमः इदं वायवे नमम ५।। ॐ वायवे नमः इदं वायवे न मम ६।। ॐ प्राच्यै नमः इदं प्राच्यै नमम ७।। ॐ अवाच्यै नमः इदं अवाच्यै नमम ८ ।। ॐ प्रतिच्यै नमः इदं प्रतिच्यै नमम ९।। ॐ उदिच्यै नमः इदं उदिच्यै नमम १०।। ॐ ब्रह्मणे नमः इदं ब्रह्मणे नमम ११।। ॐ अन्तरिक्षाय नमः इदं अन्तरिक्षाय नमम १२ ।। ॐ सूर्याय नमः इदं सूर्याय नमम १३ ।। ॐ विश्वेभ्यो देवेभ्यो नमः इदं विश्वेभ्यो देवेभ्यो नमम १४।। ॐ विश्वेभ्यो भूतेभ्यो नमः इदं विश्वेभ्यो भूतभ्यो नमम १५ ।। ॐ उषसे नमः इदं उषसे नमम १६ । ॐ भूतानां पतये नमः इदं भूतानां पतये न मम १७ ।।**

मनुष्ययज्ञ—**कण्ठीकृत्वा**-जनेउलाई कण्ठमा गरेर **ॐ हन्तते सनकादि मनुष्येभ्यो नमः इदं हन्तते सनकादि मनुष्येभ्यो न मम १८ ।।**

पितृयज्ञ—**अपसव्य** भएर दक्षिणपट्टि मुखगरी देब्रे घुँडो

T

टेक्नु र गोत्रोच्चारण पूर्वक **ॐ पितृभ्यः स्वधा नमः इदं पितृभ्य स्वधा न मम १९ ।।**

निर्णेजनम्—सव्य भई पूर्व पट्टि फर्किएर दाहिने घुँडो टेक्नु र वैश्वदेव गरेर रहेको अन्नपात्रलाई धोएर निम्न मन्त्र पढ़दै १९ अङ्क भएका ठाउँमा छोडिदिनु—**ॐ यक्ष्मैतत्ते निर्णेजनं नमः इदं यक्ष्मैतत्ते निर्णेजनं न मम २०।।**

ब्रह्मयज्ञ—पूर्वपट्टि मुख गरेर सव्य भई पलेंटी मारेर बस्नु र तीनपल्ट गायत्रीमन्त्र जप गर्नु ।

पञ्चबलि गर्ने विधान

गोबलि—मण्डल (कुण्ड) का बाहिर दक्षिण अथवा पश्चिमपट्टि निम्नलिखित मन्त्र पढ्दै सब्य भएर पातमा गोबलि दिनु ।

गोबलि (गोग्रास) दिने मन्त्र

सुरभि वैष्णवीमाता नित्यं विष्णुपदेस्थिता ।
गोग्रासं च मया दत्तं सुरभे प्रति गृह्यताम् ।।

—देवी भा० क० ११ अ० २२

इदं गोभ्यो न मम । (भन्नु र गोग्रास दिनु)

एवं निरन्तर विष्णुभगवानका पाउमा स्थित भएकी हे वैष्णवीमाता कामधेनुगाई । म हजुरलाई भोजनको ग्रास दिन्छु । सुरभि ! ग्रहण गर्नुहोस् । भन्नु र गोग्रास समर्पण गर्नु ।

स्वानबलि

जनेउ कण्ठमा माला जस्तो पार्नु र निम्नलिखित मन्त्रले

T

स्वान (कुकुर) लाई बलि (ग्रास) समर्पण गर्नु ।

द्वौ श्वानौ श्यामसवलौ वैवस्वतकुलोद्भवौ ।
ताभ्यामन्नं प्रयच्छामि स्यातामेतावहिंसकौ ।।

—आह्निक सूत्रावलि

इदमन्नं स्वाभ्यां नमः—(भन्नु र कुकुरलाई बलि (ग्रास) समर्पण गर्नु) ।

काकबलि

ऐन्द्रवारुणवायव्या याभ्यां वै नैऋतास्तथा ।
वायसाः प्रतिगृण्हन्तु भूमावन्नं मयार्पितम् ।।

इदं अन्नं वायसेभ्यो नमः— (भन्नु र कागलाई बलि (ग्रास) समर्पण गर्नु) ।

देवादिबलि (अतिथि बलि)

सव्य भएर निम्नलिखित मन्त्र पढ्दै देवताहरुका निमित्त पातमा बलि (अन्नका ग्रास) दिनु ।

देवाः मनुष्याः पशवो वयांसि
सिद्धा समज्ञोरगदैत्य सङ्घाः ।
प्रेताः पिशाचास्तरवः समस्ताः
ये चान्नमिच्छन्ति मया प्रदत्तम् ।।

इदं अन्नं देवादिभ्यो नमः ।- (भन्नु र बलि (अन्नका ग्रास) समर्पण गर्नु)

T

पिपीलिकादि बलि

पिपीलिका कीट पतङ्गकाद्या
बुभुक्षिताः कर्मनिबन्धबद्धाः ।
तेषां हि तृप्यर्थमिदं मयान्नं
तेभ्यो विसृष्टं सुखिनो भवन्तु ।।

इदं अन्नं पिपीलिकादिभ्यो नमः ।- (भन्नु र कमिला आदिलाई पातमा बलि (अन्न) दिनु) ।

अग्निको विसर्जन गर्ने मन्त्र

अब हात घोएर आचमन गर्नु र अग्नि देवतालाई आदरपूर्वक प्रणाम गरेर निम्नलिखित मन्त्रले विसर्जन गर्नु ।

गच्छ गच्छ सूरश्रेष्ठ स्वस्थाने परमेश्वर ।
यत्र ब्रह्मादयो देवा स्तत्र गच्छ हुताशन ।।

सम्पूर्ण देवहरूमाका श्रेष्ण ! हे परमेश्वर ! हे हुताशन ! जहाँ ब्रह्मादि देवताहरू रहन्छन् (बस्तछन्) त्यहाँ जानुहोस्, सुखपूर्वक पाल्नुहोस् ।

भगवानलाई साञ्जलि वन्दना

यस्यस्मृत्या च नामोक्त्या तपोयज्ञक्रियादिषु ।
न्यूनं सम्पूर्णतां याति सद्यो वन्दे तमच्युतम् ।।

जसको स्मरण गर्नाले र नाम लिनाले तप यज्ञादि क्रियाहरूमा र न्यून भएका ठाउँमा छिट्टै नै परिपूर्ण हुन्छ, त्यस्ता ती अच्युत

र न्यून भएका ठाउँमा छिट्टै नै परिपूर्ण हुन्छ, त्यस्ता ती अच्युत भगवानलाई म वन्दना गर्दछु ।

अब कुशको पवित्र खोलेर राख्नु र वैश्वदेवकर्मलाई भगवानमा समर्पण गर्नु ।

अनेन वैश्वदेवाख्य कर्मणा श्री यज्ञस्वरूप परमेश्वर प्रीयतां न मम । ॐ तत्सत् ब्रह्मार्पणमस्तु ।

ॐ विष्णवेनमः, विष्णवे नमः, विष्णवे नमः ।

इति संछिप्त विलवैश्वदेव विधिः ।

अप्सानी लगाउने विधिः (भोजन विधिः)

यस प्रकार पञ्चदेव पूजा, वलिवैश्वदेव र प्रतिदिनको हवनादि कर्मगरिसके पछि शास्त्रहरूमा अप्सानी लगाउने विधान वर्णन गरेको छ। पवित्र पात्रमा (थालमा) भोजन पस्किसकेपछि घृतसंयुक्त व्यञ्जनलाई हातमा जल लिनु र दिनमा **'ॐ सत्यं त्वर्तेन त्वा परिषिञ्चामि'** । रात्रीमा **'ऋतंत्वा सत्येन परिषिञ्चामि'** इत्यादि मन्त्रले सिञ्चन गर्नु र भोजनान्नमा तुलसीपत्र अथवा तुलसी मञ्जरी लगाएर परमात्मलाई स्मरण गरेर पुरुषसूक्तका मन्त्र द्वारा भोग लगाउनु भोग नलगाई खाँदा पाप[1] लाग्दछ भनि गीतामा भगवानका वचन छन्। अनन्तर भोजनसंयुक्त थालका पूर्व अथवा दाहिनेपट्टि अप्सानी लगाउने ठाउँमा हत्केलामा जल लिएर **"ॐ अमृतोपस्तरणमसि स्वाहा"** भन्नु र त्यो जल छोडिदिनु (अर्थात् भोजनभन्दा पहिले अमृतरूपी जलको आसन प्रदान गर्नु)। त्यस ठाऊमा अमलाका दाना अथवा वयेरका दाना जत्रा घृतसंयुक्त भातका (अन्नाका) ग्राँस लिएर अप्सानी लगाउनु।

ॐ 'अमृतोपस्तरणमसि स्वाहा—(भन्नु र जल समर्पण

---

१. इष्टान्भोगान्हि वो देवा दास्यन्ते यजभाविता। तैर्दत्तानप्रदायैभ्यो यो भुङ्क्ते स्तेन एव स।
यजशिष्टाशिनः सन्तो मुच्यन्ते सर्वकिल्बिषैः। भुञ्जन्ते ते त्वघं पापा ये पचन्त्यात्मकारणात्॥—श्रीमद्भगवद्गीता अ० ३ श्लो० १२-१३

गर्नु)।

ॐ भूपतये[१]नमः स्वाहा,—(भन्नु र घृतसंयुक्त भोजनको ग्राँस चढाउनु)।

ॐ भुवन पतये नमः स्वाहा—(भन्नु र अर्को ग्राँस चढाउनु)।

ॐ भूतानां पतये नमः स्वाहा—(भन्नु र अर्को ग्राँस चढाउनु)।

ॐ धर्माय नमः स्वाहा—(भन्नु र अर्को ग्राँस चढाउनु)।

ॐ चित्रगुप्ताय नमः स्वाहा—(भन्नु र अर्को गाँस चढाउनु)।

ॐ भूतेभ्यो नमः स्वाहा,—(भन्नु र अर्को गाँस चढाउनु)।

ॐ गोभ्यो नमः स्वाहा,—(भन्नु र गाईलाई अर्को ग्राँस चढाउनु)।

गाईको प्रार्थना

सुरभि ! वैष्णवि ! माता नित्यविष्णु प्रतिष्ठिता ।
गोग्रासं च मया दत्तं सुरभि ! प्रतिगृह्यताम् ।।

—देवी भा० ए० स्क० अ० २२

ॐ अमृतपिधानमसि स्वाहाः—(भन्नु र आचमनकालागि जल समर्पण गर्नु ।

---

२. नमो भूपतये पूर्वं भुवनपतये नमः ।
भूतानां पतये पश्चाद्धर्माय च ततो वलिम् ॥१॥
यत्र क्वचन संस्थानां क्षुत्तृषोपहतात्मनाम् ।
भूतानां तृप्तयेऽक्षयमिदमस्तु यथा सुखम् ॥२॥

—वृ० ना० पु० पुरुषोत्तम म०अ० २९

पञ्च ग्राँस खाने विधिः

यो पाञ्चभोतिक शरीरका भित्र पाँच थरीका प्राणवायु[१] हुन्छन् प्राण, अपान, समान, उदान र व्यान । यिनै पाँच प्राणलाई पाँच गाँश आहुती दिएर भोजन खाँदा अमृतको समान हुन्छ, त्यसै खाँदा ईश्वरीय दोष लाग्दछ । त्यसकारण पूर्वाभिमुख भई पवित्र आसनमा वस्नुर अमलाका दाना जत्रा घृतसंयुक्त भोजनकागाँस हातमा लिएर मन्त्रोच्चारण गर्दै स्वस्थ चित्त र प्रसन्न मन गरीभोजन खानु । एकवस्त्रले (धोतीले) मात्रै भोजन न खानु, उत्तरीय वस्त्र (गाम्चाहरुकेही) ओढेर महाप्रसाद (भोजन) ग्रहम गर्नु । कासका[२] पात्रमा (थालमा) मात्रै भोजन खाने मियन पनि पाईन्छ ।

पञ्चग्राँस खाने मन्त्रहरू

अव "ॐ अमृतोपस्तरणमसि"–(भन्नु र हातमा जल लिएर

---

१. हृदि प्राणो गुदेऽपान समानो नाभिमण्डले ।
उदानः कण्ठदेशे च व्यानः सर्वशरीरगः ॥

हृदयमा प्राणवायु रहन्छ, गुदामा अपानवाय रहन्छ, नाभिमण्डलमा समान वायु रहन्छ, कण्ठदेशमा उदान वायु रहन्छ, एवं सारा शरीरमा व्याप्त भएर व्यानवायु रहन्छ ।

२. एक एव तु यो भुङ्क्ते स्वकीये काँस्य भाजने ।
चत्वारि तस्य वर्द्धन्ते आयुः प्रज्ञा यशोबलम् ॥

—बृहद् ना० पु० पुरुषो० म० अ० २९

जो मनुष्य एकमात्र काँसका थलमा (पात्रमा) सधैं भोजन गर्दछ (आफुले खाने कासको थाल अरुकसैलाई न दिई सधैं त्यसैमा मात्रै भोजन गर्दछ) त्यो मनुष्यका चार प्रकारका आयु, प्रज्ञा, यश र बल वद्दछन् ।

आचमन गर्नु ।

ॐ प्राणाय[१] स्वाहा,–(भन्नु र घृतसंयुक्त भोजनको ग्राँस खानु) ।

ॐ अपानाय स्वाहा–(भन्नु र अर्को ग्राँस खानु) ।

ॐ समानाय स्वाहा–(भन्नु र अर्को ग्रास खानु) ।

ॐ उदानाय स्वाहा–(भन्नु र अर्को ग्रास खानु) ।

ॐ व्यानाय स्वाहा–(भन्नु र अर्को ग्रास खानु र आचमन गर्नु) ।

आचमन गर्ने मन्त्र-

ॐ अन्तश्चरसि भूतेषु गुहायां विस्वतो मुखः ।
त्वं यज्ञस्त्वं वषट्कार आपोज्योतिरसोऽमृतम् ।

—(भन्नु र आचमन गर्नु) ।

उक्त पाँच ग्रासका अन्नलाई जिभ्राले मात्रै निल्नु दाँतले न चवाउनु ।

---

१. प्राणयाऽ पानसंज्ञाया व्यानाय च ततः परम् ।
उदानाय ततो ब्रूयात् समानाय ततः परम् ॥
प्रणवं पूर्वमुच्चार्य स्वाहान्ते च घृतप्लुतम् ।
पञ्चकृत्वो ग्रसेदन्नं जिह्वाया नतु दंशयेत् ॥

—वृहद् ना० पु० पुरुषो० म० अ० २९

प्राणाय, अपानाय, व्यानाय, उदानाय र समानाय भन्नु । प्रथम प्रणव उच्चारण गरेर वाक्यका अन्तमा स्वाहा पद जोडनु, घृतका साथ पाँच ग्रास जिह्वाले मात्रै निल्नु दाँतले न चबाउनु ।

अनन्तर तन्मय भएर प्रथम खान थाल्दा मधुरो द्रव पदार्थ भोजन गर्नु, मध्यमा (आधा खाए पछि) नुनिलो अमिलो इत्यादि कडा पदार्थ भोजन गर्नु, अन्त्यमा पुनः पातलो रससंयुक्त पदार्थ भोजन गर्नु ग्रासको प्रमाण[1] पनि पायिन्छ। त्यसरी भोजन गर्दा बल र आरोग्यवान् होइन्छ। (कहीं कहीं चैं तितो र पिरो पदार्थभोजनका अन्त्यमा खानु भनेको छ)।

आफुले भोजन खानुभन्दा पहिले ब्रह्मचारी[2] र सन्यासीलाई[3] भिक्षा दिएर मात्रै भोजन खानु, भन्ने विविध शास्त्रमा प्रमाण पाइन्छन। ब्रह्मचारी र सन्यासी उपस्थित छैनन् भने कुनै सत्पात्रलाई

---

१. अष्टौ ग्रासा: मुनेर्भक्षा: षोडशारण्यवासिनः।
द्वात्रिंशच्चगृहस्थस्य त्वमितं ब्रह्मचारिणः॥

—बृहद् ना० पु० पुरुषो० म० अ० २९

मुनि (सन्यासीलाई) आठ ग्रास, वानप्रस्थाश्रमीलाई सोह ग्रास, गृहस्थाश्रमीलाई बत्तीस ग्रास र ब्रह्मचारीलाई अपरिमित (यथेच्छा) भोजनको नियम वर्णन गरेको छ।

२. यतिश्च ब्रह्मचारी च पक्वान्न स्वामिनावुभौ।
तयोरन्नमदत्वैव भुक्त्वा चान्द्रायणं चरेत्।

—बृ० ना० पु० पुरुषोत्तम म० अ० २९

सन्यासी र ब्रह्मचारी दुवै पक्वान्नका (सिद्धान्नका) मालिक हुन्, ती दुवैलाई भिक्षान्न (भोजन) दिएर खानु, न दिई खाँदा चान्द्रायण ब्रत गर्नु पर्दछ। (यस प्रकारको भिक्षाको महत्व छ)।

३. यतिहस्ते जलं दद्यात् भैक्षं दद्यात् पुनर्जलम्।
तद्भैक्षं मेरुणा तुल्यं तज्जलं सागरोपमम्॥

—बृ० ना० पु० पुरुषोत्तम म० अ० २९

T

अथवा अतिथिहरूलाई भिक्षा दिएर मात्रै भोजन ग्रहण गर्नु उचित मानिन्छ । उपर्युक्त ब्रह्मचारी आदिका अभावमा **'त्वदीयं वस्तु गोविन्द तुभ्यमेव समर्पयेत्'** भन्नु र समर्पण पूर्वक प्रसाद (भोजन) ग्रहण गर्दा निर्दोष भइन्छ । भोजनले तृप्त भइसकेपछि पुनः आचमन गरेर **'ॐ विष्णवे नमः'** भन्नु र् भोजन स्थानबाट उठेर बाहिर गएर माटाले र जलले हात मुख शुद्ध गरिसकेपछि सोह्र अथवा बाह्रपल्ट कुल्लागर्नु । अनन्तर सुखपूर्वक वस्नु र तल लेखेका 'अगस्त्यंकुम्भ कर्णंच' भन्ने दुई श्लोक उच्चारण गर्दै हातले उदरलाई स्पर्श गर्नु ।

भोजन पछि उदर स्पर्श गर्ने मन्त्र

अगस्त्यं कुम्भकर्णञ्च शनिं च वडवानलम् ।
आहार परिपाकार्थं स्मरेद् भीमं च पञ्चमम् ।।
आताऽपी मारितोयेन वाताऽपी च निपातितः ।
समुद्रः शोषितो येन स मेऽगस्त्यः प्रसीदतुः ।।

—बृ० ना० पु० पुरुषोत्तम म० अ० २९

प्रथम सन्यासीका हातमा जलदिनु र भिक्षान्न दिएर फेरि जल दिनु। त्यो भिक्षाको अन्न सुमेरु पर्वतको समान र जल समुद्र को समान कहिएको छ ।

सत्कृत्य भिक्षवे भिक्षां यः प्रयच्छति मानवः ।
गोप्रदानसमं पुण्यमित्याह भगवान यमः ॥

—बृहद ना० पु० पुरुषोत्तम म० अ० २९

जो मनुष्य सन्यासीलाई सत्कार पूर्वक भिक्षा दिन्छ, त्यसलाई-गौदानको समान पुण्य मिल्दछ भनेर भगवान यमले भन्नु भएको छ ।

अगस्त्य, कुम्भकर्ण, शनि, बडवानल र पञ्चम भीम-सेनलाई खाएको आहार पचाउनका लागि स्मरण गर्नु । जसले आतापीलाई र वातापीलाई मार्नुभयो, समुद्र शोषण गर्नुभयो, त्यस्ता अगस्त्य ऋषि मेरा उपर प्रसन्न हउन् ।

यस प्रकार उपर्युक्त दुई श्लोक उच्चारण गर्दै उदर स्पर्श गर्नाले भोजन खाएको पच्तछ र सुख शान्ति मिल्दछ ।

श्रीकृष्ण परब्रह्मको स्मरण

भुक्त्वोपविष्टः श्रीकृष्णं परंब्रह्म विचारयेत् ।
सच्छास्त्रादि विनोदेन सन्मार्गाद्यविरोधिना ।।
ततश्चाध्यात्मविद्यायाः कुर्वीत श्रवणं सुधिः ।
सर्वथा वृत्तिहिनोऽपि मुहूर्त स्वस्थमानसः ।।

—ब्रृ० ना० पु० पुरुषोत्तम म० अ० २९

भोजनका अनन्तर आसनमा बसेर श्रीकृष्ण चन्द्र परब्रह्मको सन्मार्गमा विरोध नगर्ने भएका उत्तमशास्त्र हरुका विनोदले (राम्रा तरिकाले) विचार गर्नु । अनन्तर अध्यात्मविद्याको श्रवण मनन र परब्रह्मको चिन्तन गर्नु । सर्वथा आजीविकाले हीन भएका मनुष्यले पनि एक मूहुर्त सम्म स्वस्थ मन गरेर अध्यात्म विद्याको चिन्तन गर्नु ।

आफ्ना इष्टदेवको अर्थात् आफुले उपासना-जप अर्चनादि गरिएका (गणेश, सूर्य, देवी, शिव, विष्णु, अथवा रामकृष्ण आदि) आफ्ना आफ्ना इष्टदेवको र गुरु देवको स्मरण गरेर प्रसन्न

T

चित्त र स्वस्थ मन गरी परब्रह्मपरमात्माको चिन्तन गर्नु । यस प्रकारको नियम गर्नाले सुख र शान्ति मिल्दछ । **ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।**

इति भोजन विधिः ।

पाञ्चायन पूजा समाप्ता ।

T

अथ षड्चक्र चिन्तनम्

सर्वप्रथम प्रभातकाल ब्रह्ममुहूर्तमा उठेर परमात्माको स्मरण पूर्वक एकान्त पवित्र स्थानमा कुशका अथवा मृगचर्मादि गरिएका पवित्र आसनमा पद्मासन कसेर शिर नझुकाई सिधा भएर बस्नु र दाँत न ठोकाई मुख बन्द गरी जिभ्रो उँभो लगेर लालुस्थानमा जोडिदिनु । अनन्तर इन्द्रियका समूहलाई र मनलाई रोकेर परमात्मको ध्यान गर्नु ।

ततो ध्येयः स्थितो योऽसौ हृदये दीपवत्प्रभुः ।

—देवी भा० ए० स्क० अ०१

अनन्तर जो प्रभु आफ्ना हृदयमा प्रकाशमान दीपकका समान स्थित हुनुभएको छ, त्यस्ता परमात्मा-प्रभुको ध्यान गर्नु ।

सदा प्रभात समये बद्ध पद्मासनस्थितम् ।
षड्चक्रचिन्तनं कुर्याद् यथोत्तमाजपाक्रमम् ।।

—गड्डरपुराण

नित्य प्रभात कालमा पद्मासनमा बसेर षड्चक्रको चिन्तन गरि जुन प्रकारले हुन्छ क्रमपूर्वक उत्तम अजपागायत्रीको जप गर्नु ।

शुचौ देशे प्रतिष्ठाप्य विजितासन आसनम् ।
तस्मिन् स्वस्ति समासीन ऋृजुकाय; समम्यसेत् ।।

T

प्राणस्य शोधयेन्मार्गं पुरकुम्भकरे चकैष ।

—श्रीमद्भा० तृतीय स्क० अ० २८

पवित्र[१]स्थानमा आसन लगाएर त्यो आसनमा स्वस्तिकासन गरी बस्नु र आफ्ना आसनलाई जितेर शरीरलाई सिधागरी तत्त्वार्थ चिन्तन गर्दो छँदो अभ्यासपूर्वक पूरक कुम्भक रेचक प्राणायामद्वारा प्राणका मार्गलाई संशोधन गर्नु ।

प्राणायाम प्रकारः

यहाँ छ प्रकारका प्राणायाम कहिएका छन्—

सधूमश्च विधूमश्च सगर्भाश्चाप्यगर्भकः ।
सलक्षश्चाप्यलक्षश्च प्रामायामास्तु षड्विधः ।।
प्राणायाम समो योगेः प्राणायाम इतीरितः ।।

—देवी भा० ए० स्क० अ० १

सघूम, विघूम, सगर्भ, अगर्भ, सलक्ष, अलक्ष, । यी ६ प्रकारका प्राणायाममा स्वास संयुक्त प्राणायामलाई 'सघूम' प्राणायाम भन्दछन् । अभ्यास गर्दा-गर्दा चित्त स्थिर मैसके पछि गरिने प्राणायामलाई 'विधूम' प्राणायाम भन्दछन् । मन्त्रजप सहित गरिने

---

१. शुचौ देशे प्रतिष्ठाप्य स्थिरमासनमात्मनः ।
नात्युच्छ्रितं नातिनीचं चैलाजिनकुशोत्तरम् ।।

—श्रीमद्भगगीता अ० ६

भगवान भन्नु हुन्छ—एकान्त शुद्ध भूमिमा कुशासन त्यसमाथि मृगचर्म त्यसमाथि पवित्र वस्त्र ओछ्याएर अति अग्लो अथवा अति होचो पनि होइन, त्यस प्रकारका आफ्ना आसनलाई स्थापना गरोस् ।

प्राणायामलाई 'सगर्भ' प्राणायाम भन्दछन् । मन्त्रजप रहित प्राणायामलाई 'अगर्भ' प्राणायाम भन्दछन् । एवं भगवद्ध्यान सहित गरेका प्राणायामलाई 'सलक्ष' प्राणायाम भन्दछन् । ध्यान रहित केवल प्राणायामलाई 'अलक्ष' प्राणायाम भन्दछन् । प्राणायामका समान योग[1] हुन्छ भनेर यस प्रकार गोयप्राणायाम[2] कहिए को छ ।

प्राणायाम इति प्रोक्तो रेचपूरककुम्भकैः ।
वर्णत्रयात्मका ह्येते रेचपूरककुम्भकाः ।
स एव प्रणवः प्रोक्तः प्राणायामाश्चतन्मयः ।।

—देवी भा० ए० स्क० अ० १

प्राणायाम तीन प्रकारका हुन्छन—पूरक, कुम्भक, रेचक । यी तीन प्रकारका प्राणायाममा अ, उ, म, यी तीन वर्णले संम्युक्त

---

१. तत्रैकाग्रं मनः कृत्वा यतचित्तेन्द्रियक्रियः ।
उपविश्यासमे युञ्ज्याद्योगमात्माविशुद्धये ॥

—श्रीमद् भगवद्गीता अ० ६

त्यो पवित्र आसनमा बसेर मन एकाग्र री चित्त र इन्द्रियहरूका क्रियालाई वसमा गरेर अन्तस्करण शुद्धिका लागि योगको अभ्यास गरोस् ।

२. प्राणायामैर्दहेद्दोषान् धारणाभिश्च किल्विषान् ।
प्रत्याहारेण संसर्गान् ध्यानेनानीश्वरान् गतिम् ॥

—श्रीमद्भगवद् स्क० ९ अ०२८

प्राणायाम गर्नाले संपूर्ण दोश नाश हुन्छन्, धारणाले समस्त पाप नाश हुन्छन, प्रत्याहारले संसर्ग दोष नाशहुन्छन्, ध्यानगर्नाले अनीश्वरका गुणहरू निवृत्ति हून्छन् र शुद्धरूप अवशेष रहन्छ ।

भएको ॐकार हुन्छ । त्यसकारण ॐकारमय भएर प्राणायाम गर्नु पर्दछ ।

प्रणव मुद्रा

प्रणव प्राणायाम गर्दा यहाँ ओङ्कार मुद्राको कथन गरेको छ र जान्नुपनि कर्तव्य छ ।

पञ्चाङ्गुलिभिर्नासाग्रं पीडयेत् प्रणवेन तु ।
सर्वपापहरा मुद्रा वानप्रस्थगृस्थयोः ।।
कनिष्ठानामिकाङ्गुष्ठैः यतेश्च ब्रह्मचारिणः ।।

—देवी भा० ए० स्क० अ० १६

पाचौं औंलाद्वारा नासिकाका अग्रभागलाई थिचेर ध्यान पूर्वक ओङ्कार जप गरिन्छ, त्यो गृहस्थ र वानप्रस्थको समस्त पाप हरणगर्ने मुद्रा हो । कनिष्ठा, अनामिका र अङ्गुष्ठाले नासिकाका अग्रभागलाई थिचेर ॐकार जप गरिन्छ त्यो यती (सन्यासी) को र ब्रह्मचारीको समस्त पाप हरणगर्ने मुद्रा हो ।

प्रणव प्राणायाम

इडया वायुमारोप्य पुरयित्वोदरे स्थितम् ।
शनैः षोडशमात्राभिरन्ययातं विरेचयेत् ।।

—देवी भा० ए० स्क० अ० १

इडा, पिङ्गला, सुषुम्ना नाडीका मार्गद्वारा ओङ्कारको प्राणायाम गर्दा—देब्रे पट्टिका नासिकाका छिद्रबाट इडानाडिका मार्ग द्वारा ३२ पल्ट—अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ

T

अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ अ । यस प्रकार अकारलाई आवर्तन गर्दै उँभो तानेर पूरक प्राणायाम गर्दो छँदो वायुलाई उदरमा (पेटमा) पूर्ण गरि दिनु । तथा ६४ पल्ट—उ । यस प्रकार उकारलाई आवर्तनगरी कुम्भक प्राणायाम गर्दै वायुलाई उदरमा नै रोकिराख्नु । एवं दाहिने नासापुटबाट १६ पल्ट—म म म म म म म म म म म म म म म म । यस प्रकार मकारलाई १६ पल्ट आवर्तनगरी रेचक प्राणायाम गर्दो छँदो पिङ्गला नाडीका मार्गद्वारा वायु (श्वास) लाई बिस्तारो छोडिदिनु ।

प्राणलाई वहनगर्ने नाडी मुख्य दश कहिएका छन्

प्रधानाः प्राणवाहिन्यो भुयस्तत्र दशस्मृतः ।

—ध्यानबिन्दूपनिषद्

पृथिव्यादि पञ्चतत्त्वले संयुक्त यो स्थूलशरीरमा (७२) हजार नाडी हुन्छन् । ती ७२ हजार नाडीमध्ये प्राणलाई वहनगर्ने मुख्य १० कहिएका छन् ।

इडा च पिङ्गला चैव सुषुम्ना च तृतीयका ।
गान्धारी हस्तिजिह्वा च पूषा चैव यशस्विनी ।
अलम्बुसा कूहुरत्र शङ्खिनी दशमी स्मृता ।।

—ध्यानविन्दूपनिषद्

इडा, पिङ्गला, सुषुम्ना, गान्धारी, हस्तिजिह्वा, पूषा, यशस्विनी, अलम्बुसा, कुहू र शङ्खिनी । यी दश नाडी मुख्य मानिएका छन् ।

सततं प्राणनाहिन्यः सोमसूर्याग्नि देवता ।

—ध्यानविन्दूपतिषद्

यस स्थूलशरीरका अन्तर्गत प्राणादि वायुलाई वहन गर्ने सोम, सूर्य, अग्नि, यी तीन देवता हुन् ।

इडा पिङ्गला सुषुम्ना यी तीन प्राणका मार्ग हुन्

इडापिङ्गलासषुम्ना स्तिस्रोनाड्यः प्रकीर्तिताः ।
इडा वामेस्थिता भागे पिङ्गला दक्षिणे स्थिता ।
सुषुम्ना मध्यदेशे तु प्राणमार्गास्त्रयः स्मृताः ।।

—ध्यानविन्दूपनिषद्

उपर्युक्त दश प्रकारका नाडीहरूमा पनि इडा, पिङ्गला, सुषुम्ना, यी तीन मुख्य हुन् भनेर कथन गरेका छन् । यी तीनमा इडा बायाँ भागमा, पिङ्गला दक्षिण भागमा, सुषुम्ना मध्य भागमा रहन्छन् । यस प्रकार यी तीन नाडीहरू प्राणका मार्ग हुन भनेर कहिएका छन् ।

इडायां तु स्थितः चन्द्रः पिङ्गलायां च भास्करः ।
सुषुम्ना शम्भुरुपेण शम्भुः हंसस्वरूपतः ।।

—शिवस्वरोदयः श्लो० ५०

एवं इडामा चन्द्रमा स्थित छन्, पिंगलामा सूर्य स्थित छन्, सुषुम्नामा शम्भुरुपले स्थित छन्[१] किनभने शम्भु हंसस्वरुप भएको

१. हकारो निर्गमे प्रोक्तः सकारेण प्रवेशनम् ।
हकारः शिवरुपेण सकारः शक्तिरुच्यते ॥

—शिव स्वरोदयः श्लो० ५१

हुनाले ।

एवं नाडीमयं चक्रं विज्ञेयं योगिना सदा ।

—ध्यानविन्दूपनिषद्

यस प्रकारका नाडीमय चक्रलाई ध्यानमा चित्तस्थित भएका योगिजनहरूले सर्वदा जान्छन्—

प्रणोऽपानः सर्मानश्चो दानो व्यानस्तथै च ।
नागः कूर्मः कृकलको देवदत्तो धनञ्जयः ।।
प्राणाद्याः पञ्चविख्याता नागाद्याः पञ्चवायवः ।
एते नाडीसहस्रेषु वर्तन्ते जीवरुपिणः ।।

—ध्यानविन्दूपनिषद

एवं प्रकारेण—प्राण, अपान, समान, उदान, व्यान, यी पाँच प्राणवायु र नाग, कूर्म, कृकत, देवदत्त, धनञ्जय, यी पाँच उपप्राणवायु पनि जीवरूप भएर सहस्रसः नाडीहरुमा वर्ति रहेका छन् ।

प्राण र अपान वायुका साथ जीवको गति–

प्राणापानवसो जीवो ह्यधश्चोर्घ्वं च धावति ।
वामदक्षिणमार्गेण चञ्चलत्वान् न दृश्यते ।।

—ध्यानविन्दूपनिषद्

जीवात्मा चाहिं प्राण र अपान वायु का वसमा परेर निश्चययै-

एवं श्वास को निकसनमा हकार र प्रवेशनमा सकार कहिएको छ ।। हकार शिवरुप तथा सकार शक्तिरूप कहिएको छ ।

बायाँ र दक्षिण मार्ग द्वारा उधो र उभो घुमि रहन्छ, तर अति चञ्चल भएको हुनाले देखिदैन ।

प्राणापानसमाक्षिप्तस्तद्वज्जीवो न विश्रमेत् ।
अपानात्कर्षति प्राणोऽपानः प्राणश्च कर्षति ।।

—ध्यानविन्दूपनिषद्

प्राण र अपान वायुका साथमा आक्षिप्त भएको जीवात्मा सदा घुमिरहन्छ, विश्राम गर्न पाउँदैन । प्राणवायुले अपान वायुलाई आकर्षण कर्दछ, अपान वायुले प्राणवायुलाई आकर्षण गर्दछ ।

प्राणवायुले अपानवायुलाई उँभोतिर आकर्षण गर्दा 'सो'[१] भन्ने सूक्ष्म शब्द सुनिन्छ, एवं अपान वायुले प्राणवायुलाई उँघोतिर आकर्षण गर्दा, 'हम्' भन्ने सन्द सुनिन्छ । अर्थात् स्वास उभोजाँदा 'सो' तल आउँदा 'हम्' तथा श्वास तल आउँदा 'हम्' माथि जाँदा 'सो' यस प्रकार श्वासका गतिको सूक्ष्म स्वर सुनिन्छ । एवं प्राण र अपान वायुका साथ जीवात्माको सम्बन्ध भएको हुनाले जीवात्मा पनि श्वासका साथ उँभोजाँदा 'सो' उधो आउँदा 'हम्' तथा उँधो आउँदा 'हम्' उँभो जाँदा 'सो' यस प्रकार जीवात्मा 'सोहम् हं सः'

---

१. स्वासे सकार संस्थेतु यद्दानं दीयते बुधैः ।
तद् दानं जीवलोकेऽस्मिन् कोटी कोटीगुणं भवेत् ॥

—शिवस्वरोदय

जब श्वास सकारमा स्थित हुन्छ त्यस समयमा बुद्धिमान पुरुषले जे जे दान दिन्छ, त्यो दान यो जीवलोकमा कोटिगुणा अधिक फल दिने वाला हुन्छ ।

सदा सर्वदा जपिनै रहन्छ ।

जीवात्मा सदा हंस मन्त्र जप गर्दछ

हकारेण बहिर्याति सकारेण विशेत्पुनः ।
हंसहंसेत्यमुं मन्त्रं जीवो जपति तत्त्वतः ।।

—ध्यानविन्दूप निषद्

हकारेण बहिर्याति सकारेण विशेत्पुनः ।
हंसो हंसेति मन्त्रेण जीवो जपति तत्त्वतः ।।

—गरुडपुराण

श्वासको गति लोम र विलोम हुन्छ । श्वासका साथ जीवात्मा बाहिर आउँदा 'हम्' भन्दछ, भित्र प्रवेश गर्दा 'सो' भन्दछ । एवं तत्त्वपूर्वक 'हंसः हंसः' (सोऽहं हं सः) यो अजपा मन्त्रलाई जीवात्मा सदा सर्वदा जप गरिरहन्छ ।

शतानि षट् दिवारात्रं सहस्राण्येकविंशति ।
एतत्सङ्ख्यान्वितं मन्त्रं जीवो जपति सर्वदा ।।

—ध्यानविन्दू पनिषद्

यस प्रकार जीवात्मा अहोरात्रमा २१ हजार ६ सये अजपा मन्त्रलाई सर्वदा जप गर्दछ ।

एकविंशत्सहस्राणि षट्शतान्यधिकानि च ।
अहो रात्रेणं श्वासस्य गतिः सूक्ष्मास्मृता बुधैः ।।

—गरुडपुराण

T

विद्वान् जन् हरूले दिन र रात्रीमा श्वासको सूक्ष्मगति २१ हजार ६ सये हुन्छ भनेर वर्णन गरेका छन् ।

अजपानाम गायत्री योगीनां मोक्षदा सदा ।
अस्याः सङ्कल्पमात्रेण नरः पापैः प्रमुच्यते ।।

—ध्यानविन्दूपनिषद्

अजपानाम गायत्री मुनीनां मोक्षदायिनी ।
अस्याः सङ्कल्पमात्रेण सर्व पापैः प्रमुच्यते ।।

—गरुडपुराण

यो अजपागायत्रीमन्त्र योगी एवं मुनिजनहरूलाई मोक्ष दिनेवाला छ । यसको सङ्कल्प गर्नाले मात्र षट्साधना सम्पन्न भएको मनुष्य समस्त पापदेखि मुक्तहुन्छ । (षट्साधना सम्पन्न भएका गृहस्थजन हरूको पनि षड्चक्रको चिन्तन र अजपा मन्त्रको जप गर्ने अधिकार छ) ।

अजपाका साथै षड्चक्र चिन्तन–

मूलाधार स्वाधिष्ठानं मणिपूरकमेव च ।
अनाहतं विशुद्धाख्यमाज्ञाषड्चक्रमुच्यते ।।

—गरुडपुराण

मूलाधारचक्र, स्वाधिष्ठानचक्र, मणिपुरकचक्र, अनाहत चक्र, विशुद्धचक्र, आज्ञाचक्र, इनै षड्चक्र[1] हुन् भनेर कहिन्छ ।

१. पारमार्थिक देहे हि षड्चक्राणि भवन्ति च ।
ब्रह्माण्डे ये गुणाः प्रोक्तास्तेऽप्यस्मिन्नेव संस्थिता ॥
T

—गरुडपुराण

मूलाधारेलिङ्गदेशे नाभ्यां हृदि च कण्ठगे ।
भ्रुवोर्मध्ये ब्रह्मरन्ध्रे क्रमाच्चक्राणि चिन्तयेत् ।।

मूलाधार, लिङ्गदेश, नाभी, हृदय, कण्ठ, भ्रुमध्य र ब्रह्मरन्ध्रमा क्रमैले षड्चक्रको चिन्तन गर्नु ।

मूलाधार, लिङ्गदेश, नाभी, हृदय, कण्ठ, भ्रूमध्य र ब्रह्मरन्ध्रमा क्रमैले षड्चक्रको चिन्तन गर्नु ।

षडचक्राधिष्ठात्री देवता

गणेशं च विधिं विष्णुं शिवं जीवं गुरुं ततः ।
व्यापकं च परंब्रह्म क्रमाच्चक्रेषु चिन्तयेत् ।।

—(गरुड पुराण)

गणेश, ब्रह्मा, विष्णु, शिव, जीव, गरु र व्यापक परब्रह्मको क्रम पूर्वक षड्चक्रमा चिन्तन गर्नु ।

षड्चक्रका रूप र वर्णात्मक देवता

आधारे लिङ्गनाभौ प्रकटितहृदये तालुमूले ललाटे ।
द्वे पत्रे षोडसारे द्विदशदशदले द्वादशार्धे चतुष्के ।।
वासान्ते बालमध्ये डफकठसहिते कण्ठदेशे स्वराणां ।
हं क्षं (हं सं) तत्त्वार्थयुक्तं सकलदलगतं वर्णरूपं नमानि ।।

कुण्डलिनीमा अर्थात् पायु र उपस्थेन्द्रियका मध्य भागमा

पारमार्थिक यो देहमा निश्चयनै षडचक्र हुन्छन् । ब्रह्माण्डमा जति गुण वर्णन गरिएका छन् ती सबै यसै देहमा विद्यमान छन् ।

मूलाधारचक्र (कमल), लिङ्गदेशमा स्वाधिष्ठानचक्र, नाभीदेशमा मणिपुरचक्र, हृदयमा अनाहतचक्र, तालुमूल (कण्ठ) मा विशुद्धचक्र र ललाटमा आज्ञाचक्र हुन्छ ।

यस प्रकार आज्ञाचक्रमा २ दल हुन्छन्, विशुद्धचक्रमा १६ दल हुन्छन्, अनाहतचक्रमा १२ दल हुन्छन्, मणिपुरचक्रमा १० दल हुन्छन्, स्वाधिष्ठानचक्रमा ६ दल हुन्छन् र मूलाधारचक्रमा ४ दल हुन्छन् ।

मूलाधारमा ४ दलले युक्तभएको कमल हुन्छ—व, श, ष, स, इनै ४ दल हुन् । लिङ्गदेशमा ६ दलले युक्त भएको कमल हुन्छ—व, भ, म, य, र, ल, इनै ६ दल हुन् । नाभीदेशमा १० दलले युक्त भएको कमल हुन्छ—ड,ढ,ण,त,थ,द,ध,न,प,फ, इनै १० दल हुन् । हृदयमा १२ दलले युक्तभएको कमल हुन्छ—क, ख, ग, घ, ङ, च, छ, ज, झ, ञ, ट, ठ, इनै १२ दल हुन् । कण्ठदेशमा १६ दलले युक्तभएको कमल हुन्छ—अ, आ, इ, ई, उ, ऊ, ऋ, ॠ, ऌ, ॡ, ए, ओ, ऐ, औ, अं, अः, इनै १६ दल हुन् । यस प्रकार षड्चक्र (६ प्रकारका कमल) मा हुने भएका नाना प्रकारका वर्ण र रुपलाई म नमस्कार गर्दछु ।

आधारं तु चतुर्दलानलसमं वासन्तवर्णाश्रयं
स्वाधिष्ठानमपि प्रभाकरसमं बालान्तषट्पत्रकम् ।
रक्ताभं मणिपुरकं दशदलं डाद्यं फकारान्तकं
पत्रैर्द्वादशभिरनाहतपुरं हैमं कठान्तावृतम् ।।
पत्रैः सस्वरषोडशैः शशधर ज्योतिर्विशुद्धाम्बुजं

हंसेत्यक्षर युग्मकं द्वयदलं रक्ताम्भमात्रम्बुजम् ।
तस्मादूर्ध्वगतं प्रभासितमिदं पद्मं सहस्रच्छदं
सत्यानन्दमयं सदाशिवमयं ज्योतिर्मयं श्वास्वतम् ।।

—गरुडपुराण

कुण्डलिनीमा–'व' 'श' 'ष' 'स' यी चारदलले युक्त भएको अग्निको समान वर्णभएको मूलाधार चक्र (कमल) हुन्छ, त्यस कमलका अधिष्ठात्री देवता गणेश हुन् ।

लिङ्गदेशमा—ब, भ, म, य, र, 'ल' यिनै ६ दलले युक्त भएको सूर्यका समान वर्ण भएको स्वाधिष्ठान चक्र हुन्छ, त्यस चक्रका अधिष्ठात्री देवता ब्रह्मा हुन् ।

नाभीदेशमा—ड, ढ, ण, त, थ, द, ध, न, प, फ, यिनै दश दलले युक्त भएको रक्तवर्ण भएको मणिपुर चक्र हुन्छ, त्यसचक्रका अधिष्ठात्री देवता विष्णु हुन् ।

हृदयमा—क, ख, ग, घ, ङ, च, छ, ज, झ, ञ, ट, ठ, यिनै १२ दलले मुक्त भएको हेमवर्ण (सुवर्णका समान) वर्ण भएको अनादत चक्र हुन्छ, त्यस चक्रका अधिष्ठात्री देवता शिवजी हुन् ।

कण्ठदेशमा—अ, आ, इ, ई, उ, ऊ, ऋ, ॠ, ऌ, ॡ, ए, ओ, ऐ, ओ, अं, अः, यिनै १६ दलले युक्त भएको ज्योतिरुप भएको विशुद्धचक्र हुन्छ, त्यस चक्रका अधिष्ठात्री देवता जीवात्मा हुन् ।

भ्रुकुटीका मध्यमा—हं, सं, यिनै २ दलले युक्त भएको

रक्तवर्ण (आभा) भएको आज्ञा चक्र (कमल) हुन्छ, त्यस चक्रका अधिष्ठात्री देवता गुरु हुन् ।

त्यस आज्ञाचक्र देखि माथि उर्ध्वगतिले प्रकाशमान भएको सहस्त्रदलले संयुक्त भएको कमल छ । त्यो कस्तो छ भने— सत्य, आनन्दमय, सदा शिवमय, ज्योतिर्मय र शाश्वत-अविनाशी छ ।

अजपा जप महिमा

अनया सदृशी विद्या अनया सदृशो जपः ।
अनया सदृशं पुण्यं न भूतं न भविष्यति ।
येन मार्गेण गन्तव्यं ब्रह्मस्थानं निरामयम् ।।

—ध्यानविन्दुपनिषद्

अजपा गायत्रीका समान विद्या, अजपा गायत्रीका समान ज्ञान, अजपागायत्रीका समान पुण्य, न कहिले भूतकालमा भएको थियो, न भविष्यमानै हुने छ । जुन मार्गबाट जाँदा निरामय ब्रह्मस्थानमा पुगिन्छ ।

अजपा जपगर्ने सङ्कल्पः

हरिः ॐ तत्सत् ॐ तत्सत् ॐ तत्सत् ॐ विष्णुर्विष्णुर्विष्णुः अद्येह अमुकगोत्रोत्पन्नस्य अमुक शर्मणो ममोपातकक्षय द्वारा नासापुटोच्छ्रितोच्छ्वास निस्वासात्मकं षटशताधिकैकविंशति सहस्त्रसंख्याकाजपा गायत्रीजपं मूलाधारस्वाधिष्ठानमणिपुर अनाहतविशुद्धाज्ञाब्रह्मरन्ध्रस्थितेभ्यो गणपतिब्रह्माविष्णुशिवजी वगुरुपरमात्माभ्यः षट्शतं षड्सहस्त्रं षड्सहस्त्रं षड्सहस्त्रं सहस्त्रमेकं सहस्त्रमेकं सहस्त्रमेकं प्रत्येकं निवेदयामि ।

ॐ तत्सत् ॐ तत्सत् ॐ तत्सत् ॐ विष्णुर्विष्णुर्विष्णुः अद्येह अमुकगोत्रोत्पनममुकशर्माऽहं अद्य प्रातकालादारम्य द्वितीयप्रातकालपर्यन्तमाधारचक्रस्थ गणेशाय षड्शतं स्वाधिष्ठानचक्रस्थ ब्रह्मणे षड्सहस्त्रं मणिपुरचक्रस्थ विष्णवे षड्सहस्त्रं अनाहतचक्रस्थ शिवाय षड्सहस्त्रं विशुद्धचक्रस्थ जीवायैकसहस्त्रं आज्ञाचक्रस्थ गुरवे एकसहस्त्रं परमात्मने एक सहस्त्रं एवं विभागेन नासापुटनिच्छ्रितोच्छ्वास निस्वासात्मकं षड्शताधिवैकविंशतिसहस्त्रसंख्याकाऽऽजपागायत्रीजपमहं करिष्ये ।

अजपा जपगर्ने विनियोग

ॐ अस्य श्री अजपा गायत्री मन्त्रस्य परब्रह्म ऋषिरव्यक्ता गायत्रीछन्दः परमहंसो देवता ॐ हं बीजं सः शक्तिः सोऽहं कीलकं परब्रह्मप्राप्यर्थे जपे विनियोगः ।

यतुर्विंशत्यक्षरात्मका अजपा गायत्री

ॐ हंस हंसाय विद्महे सोऽ हं [1]हंसाय धीमहि तन्नो हंसः प्रजोदयात् ।

द्वयक्षरात्मक (दुई अक्षरले युक्त भएको) अजपा-'सोऽहम्' ।

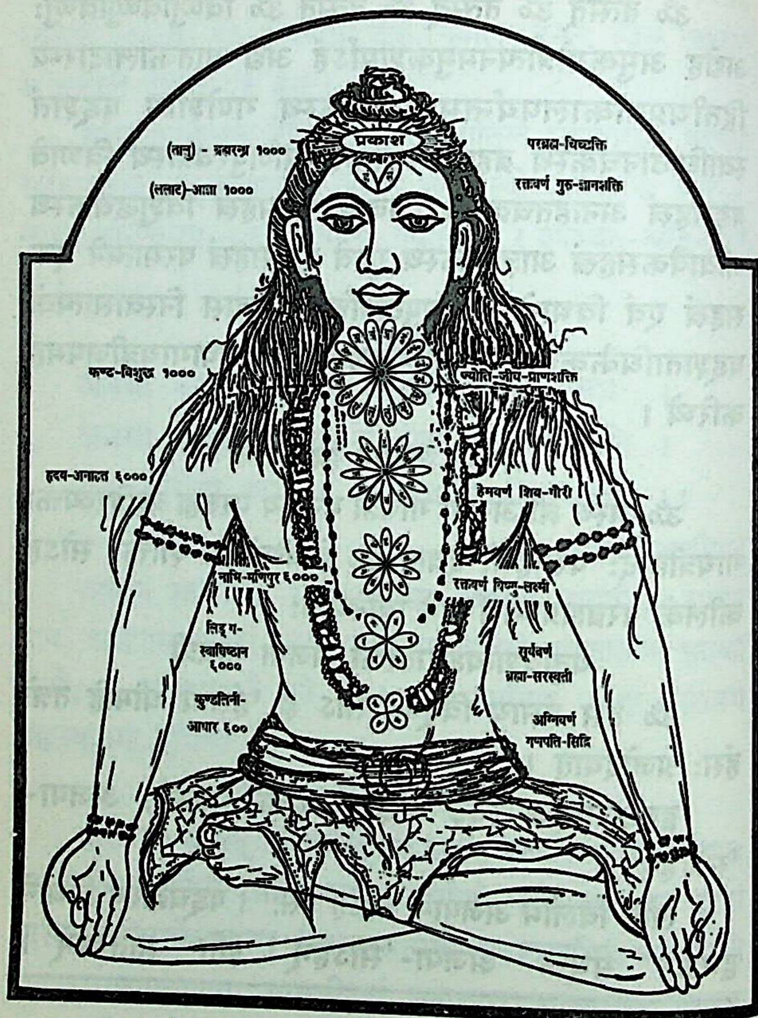
लोम विलोम अजपा– 'सोऽहं हंसः' । षड्चक्रस्य विधाने द्वयक्षर संयुक्त अजपा-'सोऽहम्'[2] इति ज्ञातव्यम् ।

---

१. परम हंसाय धीमहि ।

२. हकारेण वहि र्यंति सकारेण विशेत्पुनः ।
हंसहंसेत्यमुं मन्त्र :वो जपति तत्त्वतः ॥ —ध्यानविन्दुपनिषद्

षट्चक्र साधक



गणेशं च विधिं विष्णुं शिवं जीवं गुरुं ततः ।
व्यापकं च परंब्रह्म क्रमाच्चक्रेषु चिन्तयेत् ।।

T

षड्चक्रकाविधानमा दुई अक्षरले संयुक्त अजपा—'सोऽहम्' यस प्रकार जान्नु पर्दछ ।

षड् चक्राधिष्ठात्रीदेवताको पूजा–

एवं षड्चक्र (कमल) का दल, रुप, वर्णहरूको र तत्तत् अधिष्ठात्री देवताको एकाग्र चिन्तगरी ध्यान पूर्वक मानसिक पूजागरियोस् ।

मूलदेशे चतुर्दलं आधारचक्रं गग्निवर्णं, आधार चक्रस्थ गणपतये नम : ।

लिङ्गे षडदलं स्वाधिष्ठान चक्रं सूर्यवर्णं, स्वाधिष्ठान चक्रस्थ ब्रह्मणे नमः ।

नाभ्यां दशदलं मणिपूरचक्रं रक्तवर्णं, मणिपूरचक्रस्थ विष्णवे नमः ।

हृदये द्वादश दलं अनाहत चक्रं हेमवर्णं, अनाहतचक्रस्थ शिवाय नमः ।

कण्ठे षोडशदलं विशुद्धचक्रं प्रकाशवर्णं, विशुद्धचक्रस्थ जीवाय नमः ।

ललाटे (भुवोर्मध्ये) द्विदलं आज्ञाचक्रं रक्तवर्णं, आज्ञाचक्रस्थ गुरवे नमः ।

तस्मादूर्ध्वगतसहस्त्रदलकमले प्रकाशरुपाय सत्यानन्दमयाय सदाशिवमयाय ज्योतिर्मयाय नित्य परब्रह्मणे नमः ।

यस प्रकार प्रत्येक वर्ण, रुप र दलले संयुक्त षड्चक्राधिष्ठात्री देवता हरुको ध्यान पूर्वक नमस्कार गरेर मूलाधारचक्रबाट प्रारम्भ

T

गरी क्रमैले पृथिव्यादि पञ्चतत्त्वात्मक पूजनका मानसिक सामग्री द्वारा पूजा गर्नु ।

ॐ लं पृथिव्यात्मकं गन्धं समपर्यामि, षड्चक्राधिष्ठित गणपतिब्रह्माविष्णुशिवजीवगरुपरमात्माभ्यो नमः, (भन्नु र पृथ्विरुप चन्दन चढाउनु) ।

ॐ हं आकाशात्मकं पुष्पं समर्पयामि' षडचक्राधिष्ठित गणपतिब्रह्माविष्णुशिवजीवगुरुपरमात्मभ्यो नमः–(भन्नु र आकाशरुप पुष्प चढाउनु) ।

ॐ यं वाय्वात्ककं धूपं समर्पयामि षड्चक्राधिष्ठित गणपतिब्रह्माविष्णुशिवजीवगुरुपरमात्माभ्यो नमः,–(भन्नु र वायुरूप धूप चढाउनु) ।

ॐ रं तेजात्मकं दीपं दर्शयामि, षड्चक्राधिष्ठित गणपतिब्रह्माविष्णुशिवजीवगुरुपरमात्माभ्योनमः, (भन्नु र तेज (अग्नि) रूप दीप चढाउनु ।

ॐ वं अमृतात्मकं नैवेद्यं निवेदयामि' षड्चक्राधिष्ठित गणपतिब्रह्मविष्णुशिवजीवगुरुपरमात्माभ्यो नमः– (भन्नु र नैवेद्य चढाउनु) ।

यस प्रकार शरीरका अन्तर्गत जाप्वल्यमान भई राखेका षड्चक्रको र तत्तत् अधिष्ठात्री देवताको पृथिव्यादि पञ्चतत्त्वरूप उपचार द्वारा मानसिक पूजा गरीसकेपछि एकाग्रचित्त गरी तत्तत् देवतालाई क्रमपूर्वक अजपाजप समर्पण गर्नु ।

T

अजपा जप समर्पणगर्ने मन्त्र

षड्शतं गणनाथाय षड्सहस्रं तु वेधसे ।
षड्सहस्रं च हरये षड्सहस्रं हराय च ।।
जीवात्मने सहस्रं च सहस्रं गुरवे तथा ।
चिदात्मने सहस्रं च जपसङ्ख्यां निवेदयेत् ।।

—गरुडपुराण

एवं ६ सये गणेशजीलाई, ६ हजार ब्रह्माजीलाई, ६ हजार हरि (विष्णु) लाई, ६ हजार सिवजीलाई, १ हजार जीवात्मालाई, १ हजार गुरुलाई र १ हजार चैतन्यरूप परमात्मालाई । यस प्रकार २१ हजार ६ सये अजपा जपको सङ्ख्या उक्तक्रमले निवेदन (समर्पण) गर्नु ।

समर्पण—अनेनाऽऽ जपागायत्री जप कर्मणा षड्चक्राधिष्ठिता गणपतिब्रह्माविष्णुशिवजीवगुरुपरमात्मनः प्रीयन्तां न मम ।

ॐ तत्सत् ब्रह्मार्पणमस्तु ।।

इति षड्चक्र चिन्तन विधिः



T

पञ्चदेवस्तोत्राणि

चतुश्लोकी भागवत

श्री भगवानुवाच

ज्ञानं परमगुह्यं मे यद् विज्ञानसमन्वितम् ।
सरहस्यं तदङ्गञ्च गृहाण गदितं मया ।।१।।
यावानहं यथा भावो यद्रूपगुणकर्मकः ।
तथैव तत्वविज्ञानमस्तुते मदनुग्रहात् ।।२।।
अहमेवासमेवाग्रे नान्यद्यत् सदसत्परम् ।
पश्चादहं यदेतच्च यो ऽव शिष्येत सोऽस्म्हम् ।।३।।

श्रीभगवान भन्नु हुन्छ—रहस्य अङ्ग र अत्यन्त गोपनीय विज्ञान सहित आफ्ना स्वरुपको ज्ञान म तिमिलाई भन्दछु त्यसलाई ग्रहण गर ॥१॥ मेरो जति विस्तार छ, मेरो जो लक्षण छ, मेरा रूप, गुण, कर्म र लीला जति छन् ती सबैलाई र त्यो तत्त्वज्ञानलाई पनि मेरा अनुग्रहले राम्रा तरिकाले तपाईं अनुभव गर्नुहोस् ॥२॥ सृष्टिका पूर्वकालमा केवल म मात्रै एक्लै थिएँ, म देखि अतिरिक्त स्थूल सूक्ष्म र दुवैको कारणरुप अज्ञान केही पनि थिएन । जहाँ जो सृष्टि छैन त्यहाँ म मात्रै छु, जो सृष्टिका रूपमा प्रतीत भई राखेको छ त्यो पनि म नै हुँ, जो अवशेष रहन्छ त्यो पनि केवल एक म मात्रै छु ॥३॥ मायाको स्वरूप वास्तवमा म बाहेक

ऋतेऽर्थं यत् प्रतीयेत न प्रतीयेत चात्मनि ।
तद्विद्यादात्मनो मायां यथाऽभासो यथा तमः ।।४।।
यथा महान्ति भूतानि भूतेषु च्चावचेस्वनु ।
प्रविष्ठान्यप्रविष्टानि तथा तेषु न तेष्वहम् ।।५।।
एतावदेव जिज्ञास्यं तत्त्व जिज्ञासुनाऽऽत्मनः ।

अरुकेही पनि छैन तापनि म परमात्मामा जस्तै एउटै चन्द्रमा दुई चन्द्रमा खड़ा भएजस्तो अनिर्वचनीय जगत् खड़ा हुन्छ त्यही माया हो, अथवा म विद्यमान हुदा पनि जस्तै आकाशमा राहु हुदा हुँदै पनि न देखिए जस्तो मेरो प्रतीती न हुनु यही त माया हो भनेर जान्नु अर्थात् न भईकन पनि देखिनु र भएको पनि न देखिनु मायाको स्वरूप हो ।।४।। पञ्चभूत रचित प्राणीहरुका साना ठुला शरीरमा पनि आकाशादि पञ्चमहाभूत उक्त शरीरका कार्यरुपले निर्मित भई प्रवेश गर्दछन् तथा उनै उनै स्थान र रुपमा कारण रूपले विद्यमान भइरहने हुनाले गर्दा म प्रवेश गर्दिन, तर आत्मरुपले प्रवेश भइराखेको पनि छु । फेरि आत्माका दृष्टिले विचार गर्दा आफुदेखि भिन्न अरु कोही नभए को हुनाले ती प्राणीहरुमा प्रविष्ट भएको छुइनँ पनि ।।५।। यो ब्रह्म होइन, यो ब्रह्म होइन, यस प्रकारको निषेधको पद्धतिले र यो ब्रह्म हो, यो ब्रह्म हो, यो अन्वयका पद्धतिले गर्दा कुन कुरो सिद्ध हुन्छ भने सर्वातीत सर्वस्व भगवाननै सर्वदा सर्वत्र स्थित हुनुहुन्छ, यही नै वास्तविक तत्त्व हो, जो आत्माको र परमात्माको वास्तविक तत्त्व जान्न चाहन्छ केवल यत्तिनै जान्ने आवश्यकता छ ।।६।। ब्रह्मा जी !

अन्वयव्यतिरेकाभ्यां यत् स्यात् सर्वत्र सर्वदा ।।६।।
एतन्मतं समातिष्ठ परमेण समाधिना ।
भवान् कल्पविकल्पेषु न विमुह्यति कर्हिचित् ।।७।।

इति चतुश्लोकी भागवत

श्रीरुद्राष्टकम

नमामीशमीशान निर्वाणरूपं विभुं व्यापकं ब्रह्मदेव स्वरूपम् ।
निजं निर्गुणं निर्विकल्पं निरीहं चिदाकाशमाकाशवासं भजेऽहम् ।।१।।
निराकारमोङ्कारमूलं तुरीयं गिराज्ञानगोतीतमीशं गिरिशम् ।
करालं महाकालकालं कृपालं गुणागारसन्सारपारं

तपाई यो मेरो अटल सिद्धान्तद्वारा पूर्ण निश्चयवान भएर वस्नुहोस् । तपाईं कल्पकल्पमा विविध प्रकारका सृष्टि रचना गर्दा छँदा कहिल्यै पनि मोहमा पर्नु हुन्न ।।७।।

•

हे कैवल्य—मोक्षस्वरूप, पूर्णव्यापक, ब्रह्मदेवस्वरूप, ईशान—अनन्त ब्रह्माण्डका साशयिता, एवं संपूर्ण प्राणिमात्रका स्वामी, हे शिवजी ! म हजुरलाई नमस्कार गर्दछु । हे निजबोधरूप, सत्वादिगुण देखि रहित, भेदरहित, इच्छा रहित, चिदाकाशरुप, चिदम्बर धारणागर्नें भएका हजुरको म भजन गर्दछु ।।१।। हे ओङ्कर-मूल, निराकार, तुरीय—सत्वादि तीन गुणदेखि अतीत, वाणी, ज्ञान र इन्द्रयहरूदेखि पर, कैलाशवासी, विकराल, कालका पनि काल, दयाका सागर, गुणातीत, संसार देखि पर भएमा

नतोऽहम् ।।२।।

तुषाराद्रि संकाश गौरं गभीरं मनोभूतकोटि प्रभा श्री शरीरम् ।
स्फुरन्मौलिकल्लोलिनी चारुगंगा लसद्भाल बालेन्दु कण्ठे भुजङ्गा ।।३।।
चलत्कुण्डलं भ्रू सुनेत्रं विशालं प्रसन्नाननं नीलकण्ठं दयालम् ।
मृगाधीशचर्मम्बरं मुण्डमालं प्रियं,

हजुरलाई म नमस्कार गर्दछु ।।२।। जसको हिमाचल पर्वतका समान गम्भीर गौरवर्ण छ, जसका शरीरमा करोडौं कामदेवको ज्योति एवं आभा छ । जसका शरीरमा अत्यन्त शीतल सौन्दर्य नदी गंगाजी विराजमान छन् तथा जलामा सर्प सुशोभित छ ।।३।। जसका ललाटमा द्वितीयाका चन्द्रमा शोभायमान छन् तथा गलामा सर्प सुशोभित छ ।।३।। जसका कानमा कुण्डल झल्कि (हल्लिइ) राखेका छन्, जसको सुन्दर भ्रुकुटी विशाल नेत्र छन्, जो प्रसन्न वदन, नीलकण्ठ र दयालु छन्, जसले मृगचर्मको वस्त्र र मुण्डमाला धारणा गरेको छ, ती सबैका प्यारा सबैका नाथ र सवैलाइ कल्याण गर्ने भएका शङ्कर भगवानको म भजन गर्दछु ।।४।। एवं प्रचम्ड-रुद्ररूप, अत्यन्त श्रेष्ठ, तेजस्वी, परब्रह्म परमेश्वर, अखण्ड (पूर्ण), जन्मादिविकारदेखि रहित, कोटी सूर्यका समान प्रकाश भएका, तीन प्रकारका दु:खलाई निर्मूल गर्ने, हातमा त्रिशूल धारण गर्ने, भावभक्तिद्वारा प्राप्त हुने भएका भवानीका पति श्री

शङ्करं सर्वनाथं भजामि ।।४।।

प्रचण्डं प्रकृष्टं प्रगल्भं परेशं अखण्डं अजं भानुकोटिप्रकाशम् ।
त्रयः शूल निर्मूलनं शूलपाणिं
भजेऽहं भवानीपतिं भावगम्यम् ।।५।।

कलातीतकल्याणकल्यान्तकारी सदा सज्जनानन्ददाता पुरारी ।।
चिदानन्दसंदोहमोहापकारी प्रसीद प्रसीद प्रभो मन्मथारी ।।६।।।

न यावद् उमानाथ पादारविन्दं भजन्तीहलोके परे वा नराणाम् ।।
न तावत्सुखं शान्ति सन्तापनाशं प्रसीद प्रभो सर्वभूताधिवासम् ।।७।।

शङ्करजीलाईं म भज्दछु ।।५।। कलाहरूदेखि पर, कल्याण स्वरूप, कल्पका अन्त्यमा प्रलय गर्ने, सज्जनहरूलाई सदा आनन्द प्रदान गर्ने, त्रिपुरासुरका शत्रु, सच्चिदानन्दघनरूप, मोहलाई हरण गर्ने, मनलाई मन्थन् गर्ने, कामदेवका शत्रु, हे प्रभो ! प्रसन्न हुनुहोस् प्रसन्न हुनुहोस् ।।६।। हे प्रभो ! जहिले सम्म मनुष्य पार्वतीका पति भएका हजुरका चरण कमलको भक्ति गर्दैन त्यहाँ सम्म उनीहरूलाई यसलोक र परलोकमा पनि सुख शान्ति मिल्दैन, न उसका पापहरू नाश हुन्छन् । त्यस कारण समस्त जीवहरूका अन्तः हृदयाकाशमा निवास गर्ने हे प्रभो ! प्रसन्न हुनुहोला ।।७।। हे शम्भो म न योग, न जप, न पुजानै जान्दछु, हे प्रभो म हजुरलाई सदा सर्वदा नमस्कार मात्र गर्दछु । हे प्रभो जन्म जरा मरण रूप मृत्युका दुख समूहबाट जल्दोछँदो म दुखिका दुःखदेखि रक्षा

न जानामि योगं जपं नैवं पूजां नतोऽहं सदा सर्वदा शम्भु तुभ्यम् ।।
जराजन्म दुःखौघतातप्यमानं प्रभो पाहि आपन्नमामीश शम्भो ।।८।।

रुद्राष्टकमिदं प्रोक्तं विप्रेण हर तोषये ।
ये पठन्ति नरा भक्त्या तेषां शम्भु प्रसीददति ।।९।।

इति गोस्वामि तुलसीदास कृतं रुद्राष्टकम् संपूर्णम् ।

सिद्धि गणेशाष्टकम्

अजं निर्मलं निर्गुणं ज्ञानरूपं
निराकार संसार सारं परेशम् ।
जगन्मङ्गलं विश्ववन्द्यं पवित्रं
प्रभुं सिद्धिदन्तं गणेशं नमामि ।।१।।

गर्नुहोस् । हे ईश्वर ! हे शम्भो ! म हजुरलाई (कोटी कोटी) नमस्कार गर्दछु ।।८।। भगवान रुद्र को स्तुति भएको यो रुद्राष्टक शङ्करभगवानका प्रसन्नताका लागि ब्राह्मण द्वारा स्तवन गरियो, जो मनुष्य यसलाई भक्तिपूर्वक पढ्दछन्, ती भक्तजन हरूका उपरमा शङ्कर भङ्कर भगवान सदा प्रसन्न हुनुहन्छ ।।९।।



जन्मजरामरणादि रहित, निर्मल, निर्गुण, केवलज्ञानरुप, निराकार, संसारका साररुप परमेश्वर (सवै भन्दा श्रेष्ठ परमात्मा), जगत् को मंगल गर्ने, अत्यन्त पवित्र, व्यापक, सिद्धिदिने (भक्तजन हरुको इच्छा पूर्ति गर्ने), त्यस्ता विश्ववन्दनीय गणेशजीलाई म (कोटी-कोटी) नमस्कार गर्दछु ।।१।। सदा प्रसन्न रहने, ब्रह्मरुप,

प्रसन्नं सदा ब्रह्मरूपं तुरीयं
सदैकाश्रयं प्राणिनामेकमात्रम् ।
परं नित्यमानन्दकन्दं निरीहं
प्रभुं सिद्धिदन्तं गणेशं नमामि ।।२।।
गुरुं ज्ञानिनां योगिनां तत्त्वरूपं
तथा प्राणिनां विघ्ननाशं गणेशम् ।
सदा मंगल पार्वती पुत्रमेकं
प्रभु सिद्धिदन्तं गणेशं नमामि ।।३।।
सदूर्वादलं कुङ्कुम रक्तपुष्पं
तथा चन्दनं सुन्दरं रक्तवस्त्रम् ।
सदा धारकं ज्ञानमूर्तिं ह्यखण्डं

तुरीय (सवै भन्दा पर), सम्पूर्ण प्राणीहरूका एकमात्र आश्रयस्वरुप, सदा आनन्दरूप, निरीह, प्रभु (सवै भन्दा श्रेष्ठ), उपासना गर्ने भक्तजन हरूलाई सिद्धि प्रदान गर्ने त्यस्ता विश्ववन्दनीय गणेशलाई म (कोटी-कोटी) नमस्कार गर्दछु ॥२॥ जगत्गुरु, ज्ञानी र, योगीजनहरूका तत्त्वरूप, तथा सम्पूर्ण प्राणिका विघ्नलाई नाशगर्ने, सदा मंगल गर्ने, पार्वतीका पुत्र, अद्वितीय, व्यापक, ईंच्छित्सिद्धिलाई, दिने संपूर्ण देवताका ईश्वर, त्यस्ता विश्ववन्दनीय गणेशज़ीलाई म (कोटी कोटी) नमस्कार गर्दछु ॥३॥ दुर्वादल, कुङ्कुम, रातोपुष्प, रातो चन्दन र नाना प्रकारका सुन्दर राता वस्त्रलाई धारण गर्ने,

प्रभुं सिद्धिदन्तं गणेशं नमामि ।।४।।
सुसौम्यं निजं निर्विकल्पं वरेण्यं
सुज्ञानं सुखं सत्स्वरूपं सुगम्यम् ।।
सुसिद्धं मुनीशं महेसस्य पुत्रं
प्रभुं सिद्धिदन्तं गणेशं नमामि ।।५।।
सदा ध्यायमाना:गणेशञ्चदेवा:
तथा प्रार्थयन्तश्च वेदा: गणेशम् ।।
गणेशाश्रये सन्ति जीवा: समस्ता:
प्रभुं सिद्धिदन्तं गणेशं नमामि ।।६।।
प्रभुं धर्मकामार्थमोक्षप्रदं तं

ज्ञानरूप, सदा एक रुपले रहने, सिद्धि दिने, त्यस्ता ती विश्ववन्दनीय सर्वश्रेष्ठ गणेशजीलाई म (कोटी कोटी) नमस्कार गर्दछु ।।४।। अत्यन्त सुन्दर, निज निर्विकल्पस्वरूप, ज्ञानस्वरुप, सुखस्वरुप, सत् स्वरुप, सुगम्य (सजिलै जानिने), प्रसिद्ध, मुनिजनहरूका ईश्वर, शिवपुत्र, सर्वश्रेष्ठ, सिद्धिप्रदानगर्ने, त्यस्ता ती गणेशलाई म (कोटी कोटी) नमस्कार गर्दछु ।।५।। सम्पूर्ण देवताहरू गणेशजीको नै ध्यानगर्दछन्, वेदहरु पनि सदा गणेशजीको नै प्रार्थना गर्दछन्, तथा सम्पूर्ण जीवात्माहरू सदा गणेशजी कै आश्रयमा छन्, त्यस्ता ती सर्वश्रेष्ठ सिद्धि दाता गणेशजीलाई म (कोटी कोटी) नमस्कार गर्दछु ।।६।। उपासकहरूलाई धर्म, अर्थ, काम,

पुनः पुत्रदं ज्ञानदं सर्वदं च ।।
तथा साधकं सर्वकामप्रदं च
प्रभुं सिद्धिदन्तं गणेशं नमामि ।।७।।
अहं त्वं सदा प्रार्थये भो गणेश
प्रसन्नो भवन् सर्वदा बुद्धिनाथ ।।
परं दर्शनं मां ददातु ह्यनन्त
प्रभु सिद्धिदं तं गणेशं नमामि ।।८।।
प्रातः काले शुचिर्भूत्त्वा ये पठन्ति नराः सदा ।
श्री गणेशाष्टकं स्तोत्रं सुखदं मोक्षदं भवेत् ।।९।।

—भगवत्समर्चा

इति सिद्धि गणेशाष्टकं संपूर्णम्

मोक्ष, यी चतुर्विध पुरुषार्थ प्रदान गर्ने, पुत्र एवं ज्ञान (ब्रह्मज्ञान) प्रदान गर्ने, तथा भक्तजन हरूका सम्पूर्ण कामनालाई पुर्ण गरि दिने, त्यस्ता ती सर्वश्रेष्ठ विस्ववन्दनीय सिद्धिदाता गणेशजीलाई म (कोटी कोटी) नमस्कार गर्दछु ।।७।। हे गणेशजी ! म हजुरलाई सदा प्रार्थना गर्दछु, हे बुद्धिनाथ ! हजुर म देखि सदा प्रसन्न हुनुहोस् । हे अनन्त ! मलाई परं तत्त्वको अर्थात् परब्रह्मरूपको दर्शन दिनुहोस् । साधकलाई सदा सिद्धि दिने, सर्वश्रेष्ठ हे गणेशजी म हजुरलाई (कोटी कोटी) नमस्कार गर्दछु ।।८।। प्रातः कालमा पवित्र भएर जो जो मनुष्य यो सिद्धिगणेशाष्टक स्तोत्र पाठ गर्दछन्, तिनी हरूलाई गणेशजी सुख र मोक्ष दिने वाला हुन्छन् ।।९।।

T

आदित्य हृदयस्तोत्रम्

एकचक्रो रथो यस्य दिव्यः कनकभूषितः ।
स मे भवतु सुप्रीतः पद्महस्तो दिवाकरः ।।१।।
आदित्यः प्रथमं नाम द्वितीयंतु दिवाकरः ।
तृतीयं भास्करः प्रोक्तं चतुर्थंतु प्रभाकरः ।।२।।
पञ्चमं तु सहस्रांशु षष्टं चैव त्रिलोचनः ।
सप्तमं हरिदश्वश्च अष्टमं तु विभावसुः ।।३।।
नवमं दिनकृत्प्रोक्तं दशमं द्वादशात्मकः ।
एकादशं त्रयोमूर्तिर्द्वादशं सूर्य एव च ।।४।।
द्वादशादित्यनामानि प्रातः काले पठेन्नरः ।
दुःस्वप्न नाशनं चैव सर्व दुःखं च नश्यति ।।५।।

जसका रथमा एक चक्र छ त्यो रथ दिव्यसुवर्णले सुशोभित छ त्यस रथमा विराजमान भएका हातमा पद्म धारण गर्ने सूर्यभगवान म देखि प्रसन्न हउन् ।।१।। सूर्यभगवानको प्रथमनाम आदित्य हो, द्वितीय नाम दिवाकर हो, तृतीय नाम भास्कर हो, चतुर्थ नाम प्रभाकर हो ।।२।। पञ्चमनाम सहस्रांशु हो, षष्टनाम त्रिलोचन हो, सप्तमनाम हरिदश्व हो, अष्टम नाम विभावसु हो ।।३।। नवम नाम दिनकृत् हो, दशमनाम द्वादशात्मक हो, एकादशनाम त्रयीमूर्ति हो, द्वादशनाम सूर्य हो, भनेर कहिएको छ ।।४।। जो मनुष्य प्रात:कालमा द्वादश आदित्य (सूर्य) का नामलाई स्मरण गर्दछ अर्थात् आदित्य हृदयस्तोत्र पाठ गर्दछ त्यसका दुःस्वप्न र समस्त

T

दद्रुकुष्ठहरं चैव दारिद्यं हरते ध्रुवम् ।
सर्वतीर्थप्रदं चैव सर्वकाम प्रवर्द्धनम् ।।६।।
यः पठेत् प्रातरुत्थाय भक्त्या नित्यमिदं नरः ।
सौख्यमायुस्तथाऽऽरोग्यं लभते मोक्षमेव ।।७।।
अग्निमीलेनमस्तुभ्यमिखेत्वर्जे स्वरूपिणे ।
अग्न आयाहि वीतिस्त्वं नमस्ते ज्योतिषां पते ।।८।।

दुःखहरू नाश हुन्छन् ।।५।। यो स्तोत्र दद्रु (दाद) र कुण्ठरोगलाई नाश गर्दछ, दारिद्र्यलाई निश्चयनै हरण गर्दछ, सम्पूर्ण तीर्थहरूको फल दिन्छ तथा समस्तकामनालाई पूर्ण गर्दछ ।।६।। जो मनुष्य प्रातःकालमा उठेर (शौचस्नानादि कर्मगरिसके पछि) नित्य भक्तिपूर्वक पाठ गर्दछ, त्यो मनुष्यले सुख, दीर्घायु, र आरोग्यवान भएर अन्त्यमा मोक्षपद प्राप्त गर्दछ, ।।७।। ॐ अग्निमीले पुरोहितं यज्ञस्य देवमृत्विजम् । होतार रत्नधातमम् ।। (इत्यादि ॠग्वेदरूप हजुरलाई मेरो नमस्कार छ) । ॐ इषेत्त्वर्ज्जेत्त्वा व्वायवस्त्थ देवोवः सविता प्प्राप्यमतुश्रेष्ठत मायकर्म्मण ऽ आप्प्याय ध्वमग्घ्न्याऽ इन्द्राय भागं प्रजावतीरनमीवाऽ अयक्ष्मा मावस्तेनऽईशतमाघश ६ सोद्ध्रुवाऽ अस्मिन्नोपतौ स्यात बह्वीर्यजनानस्य पशून्नपाहि । - (इत्यादि यजुर्वेदरूप हजुरलाई मेरो नमस्कार छ) । ॐ अग्नऽ आयाहिवीतये गृणानो हव्यदातये । निहोता सत्सि बर्हिषि ।- (इत्यादि सामवेदरूप, तेजका स्वामी हजुरलाई मेरो नमस्कार छ) ।।८।। ॐ शन्नो देवीरभिष्ट्टय ऽ आपो भवन्तु पीतये ।

शन्नो देवी नमस्तुभ्यं जगच्चक्षुर्नमोऽस्तुते ।
पञ्चमायोपवेदाय नमस्तुभ्यं नमो नमः ।।९।।
पद्मासनः पद्मकरः पद्मगर्भसमद्युतिः ।
सप्ताश्वरथसंयुक्तो द्विभुजः स्यात् सदा रविः ।।१०।।
आदित्यस्य नमस्कारं ये कुर्वन्ति दिने दिने ।
जन्मान्तर सहस्रेषु दारिद्र्यं नोपजायते ।।११।।
उदयगिरिमुपेतं भास्करं पदमहस्तं
निखिलभुवननेत्रं रत्न रत्नोपमेयम् ।।
तिमिरकरिमृगेन्द्रं बोधकं पद्मिनीनां
सुरवरमभिवन्दे सुन्दरं विश्ववन्द्यम् ।।१२।।

इति भविस्योत्तर पु० आदित्य हृदय स्तोत्रम् संपूर्णम्

शँय्योरभिस्रवन्तु नः ।—(इत्यादि अथर्ववेदरुप हजुरलाई मेरो (वार-वार) नमस्कार छ)। हे जगत्का नेत्र ! हजुरलाई वार वार नमस्कार छ ।।९।। कमलको आसन भएका, कमल हातमा धारण गर्ने, तथा कमलका गर्भका समान कान्ति भएका, दुई भुजाले शोभायमान भएका रवि (सूर्य) भगवान स्तुति गर्न योग्य होई वक्सिन्छ ।।१०।। जुन मनुष्य आदित्य भगवानलाई नमस्कार गर्दछन् ती मनुष्य हज़ारजन्म लिए पनि दरिद्री हुँदैनन् ।।११।। उदयगिरिमा प्राप्त भएका, प्रकाशमान,हातमा कमल धारण गर्ने, निखिलभुवन का नेत्र, लाल रत्न, हीरा, मणि हरूले शोभायमान्, अन्धकाररुप हस्तीका लागि सिंहरूप, पद्मिनी (कमल) हरूका

भवान्यष्टकम्

न तातो न माता न बन्धु र्न दाता
न पुत्रो न पुत्री न भृत्यो न भर्त्ता ।
न जाया न विद्या न वृतिर्ममैव
गतिस्त्व गतिस्त्वं त्वमेका भवानि ।।१।।
भवाव्धावपारे महादुःखभीरुः
पपात प्रकामी प्रलोभी प्रमत्तः ।
कुसंसार पाश प्रबद्धसदाहं
गतिस्त्वं गतिस्त्वं त्वमेका भवानि ।।२।।
न जानामि दानं न च ध्यानयोगं
न जनामि तन्त्रं न च स्तोत्रमन्त्रम् ।

उद्बोधक, विश्ववन्दनीय, अत्यन्त सुन्दर, देवताहरूमाका श्रेष्ठ सूर्यभगवानलाई म (बार बार) नमस्कार गर्दछु ।।१२।।



हे जगदम्बे ! भवानी ! हजुरदेखि अतिरिक्त पिता, माता, भाइ, दाता, पुत्र, पुत्री, मृत्य, स्वामी, स्त्री विद्या र वृत्तिहरू यी सबै मेरा होइनन् । हे भवानिः । एकमात्र हजुरनै गति-मोक्षदायिनी होइबक्सिन्छ ।।१।। हे भवानि ! म तरिनसक्नु अपार भवसागरमा परेको छु, भयङ्कर भवरूप दुःखदावाग्निबाट भयभीत छु, कामी लोभी र प्रमत्त वाला भएर घृणायुक्त संसाररूप बन्धनमा परेको छु । हे भवानि ! अब एकमात्र हजुरनै गति होइबक्सिन्छ ।।२।। हे

न जानामि पूजां न च न्यासयोगं
गतिस्त्वं गतिस्त्वं त्वमेका भवानि ।।३।।
न जानामि पुण्यं न जानामि तीर्थं
न जानामि मुक्तिं लयं वा कदाचित् ।
न जामामि भक्तिं ब्रतंवापि मात-
र्गतिस्त्वं गतिस्त्वं त्वमेका भवानि ।।४।।
कुकर्मी कुसङ्गी कुबुद्धिः कुदासः
कुलाचारहीनः कदाचारलीन ।
कुदृष्टिः कुबाक्यप्रबन्धः सदाहं
गतिस्त्वं गतिस्त्वं त्वमेका भवानि ।।५।।

भवानि ! देवि ! मत न दान दिन जान्दछु न एकाग्रचित्तगरी ध्यान गर्न जान्दछु, न मलाई योगमार्ग थाहा छ, एवं दिव्यस्तुति, पूजा, तन्त्र, मन्त्र, ज्ञान, न्यासादि क्रिया र लययोगको विषयमा मलाई थाहा छैन । हे मात ! अब एकमात्र हजुरनै मोक्षदायिनी गति होइबक्सिन्छ ।।३।। पुण्य कर्म र तीर्थ पनि म जान्दिनँ, मलाई मुक्तिको र लययोगको कुरा थाहा छैन, भक्तियोग र ब्रत को नियम पनि म जान्दिनँ, । अब हे भवानि ! म अधमाधमको गति (सहारा) हजुर नै होइ बक्सिन्छ ।।४।। म कुकर्मी, कुसङ्गतिमा रहने भएको, दुर्बुद्धि, कुदास, कुलोचित सदाचार बाट हीन, दुराचार एवं सदा दुर्वचन बोल्ने वाला छु, हे भवानि ! म अधमाधमको हजुरनै मोक्षदायिनी गति होइबक्सिन्छ ।।५।।

प्रजेशं रमेशं महेशं सुरेशं
दिनेशं निशीथेश्वरं वा कदाचित् ।
न जानामि चान्यत् सदाऽहं शरण्ये
गतिस्वं गतस्वं त्वमेका भवानि ।।६।।
विवादे निषादे प्रमादे प्रवासे
जले चानले पर्वते शत्रुमध्ये ।
अरण्ये शरण्ये सदामां प्रपाहि
गतिस्वं गतिस्वं त्वमेका भवानि ।।७।।
अनाथो दरिद्रो जरारोगयुक्तो
महाक्षीणदीनः सदाजाड्य वक्त्रः ।

ब्रह्मा, बिष्णु, शिव, ईन्द्र, सूर्य, चन्द्रमा, एवं अन्य कुनै देवताहरूलाई म जान्दिनँ । हे शरणागतवत्सला भवानि देवी ! एकमात्र हजुरनै मोक्षदायिनी गति होइबक्सिन्छ ।।६।। शरणमा प्राप्त भएका भक्त जनहरुका दुःखलाई हरणगर्नें हे भवानि ! विवाद भएका ठाउँमा, विशादमा, प्रमादयुक्त ठाउँमा, परदेशमा, जलमा, अग्निमा, पर्वतमा, वनमा, तथा शत्रुहरूका मध्यमा सदा सर्वदा मेरो रक्षा गर्नुहोस् । हे भवानी ! देवी ! एक मात्र हजुरनै उत्तम गति होई बक्सिन्छ ।।७।। हे भवानि ! म अनाथ, दरिद्र, जन्मजरामरण रोगले युक्त, अत्यन्त दुर्बल, दीनदुःखी, लाटो, विदग्रस्त र नष्ट छु । अब हे भवानि ! जगदम्बे ! हजुरमात्रै मेरो

T

विपत्तौ प्रविष्ट प्रनष्टः सदाहं
गतिस्त्वं गतिस्त्वत्वं त्वमेका भवानि ।।८।।

श्रीमच्छङ्कराचार्यकृतं भवान्याष्टकं संपूर्णम्

श्री रामाष्टकम्

रामं प्रातर्ब्राह्ममुहूर्ते स्मरणीयं
रामं मध्ये क्षणदकाले भजनीयम् ।
रामं कालातीतमखण्डं निजबोधं
रामं रम्यं व्यापकरूपं प्रणतोऽस्मि ।।१।।

राम ह्येकं पूर्णप्रकाशं घननीलं
रामं सत्यं पद्मसमानं कमनीयम् ।
रामं ध्येयं ज्ञेयमजस्राक्षररूपं
रामं रम्यं व्यापकरपं प्रणतोऽस्मि ।।२।।

एक उत्तम गति होइबक्सिन्छ ।।८।।



प्रातःकाल ब्रह्ममुहूर्तमा स्मरणगर्न योग्य श्री राम होईबक्सिन्छ, मध्यान्ह र सन्ध्याकालमा भजन (सेवा) गर्न योग्य भगवान राम होइबक्सिन्छ । भूत भविष्य र वर्तमानकाल देखि भिन्न, कहिल्यै नाश नहुने, स्वयं ज्ञानरूप, व्यापक, अत्यन्त रमणीयरूप भएका रामचन्द्र भगवानलाई म प्रणाम गर्दछु ।।१।। निश्चय नै राम मान, कमनीय (अत्यन्तराम्रा), ध्येय, ज्ञेय, अज, अक्षर व्यापक,

T

रामं ब्रह्माच्युतशिववन्द्यं जपनीयं
रामं वेदत्रयभजनीयं स्तवनीयम् ।
रामं नित्यं चिद्घनरूपं प्रणवाख्यं
रामं रम्यं व्यापकरूपं प्रणतोऽस्मि ।।३।।
रामं सीता कान्तसमाख्यंसुखरूपं
रामं ज्येष्ठं लक्ष्मणपूज्यं रघुनाथम् ।
रामं शत्रुघ्नस्य सुपूज्यं भरतस्य
रामं रम्यं व्यापकरूपं प्रणतोऽस्मि ।।४।।
रामं सर्वान्तर्गतरूपं रमणञ्च
रामं नीलं पङ्कजनेत्रं वदनञ्च ।
रामं दिव्यं नीलसरोजैः समरूपं

रमणीयरूप भएका रामचन्द्र भगवानलाई म प्रणाम गर्दछु ।।२।। ब्रह्मा, विष्णु र शिवजीले पनि वन्दना एवं जप गर्न योग्य भएका, ऋग्वेद यर्जुवेद र सामवेदले पनि भजन एवं स्तुति गरिएका, जन्म जरा मृत्युरहित, चैतन्यरूप, प्रणवरूप (ओङ्कार सिद्ध हुँदा जानिने) व्यापक, रमणीयरूप, भएका रामचन्द्रभगवानलाई म प्रणाम गर्दछु ।।३।। सीताजीका पति, लक्ष्मण भरत र शत्रुघ्नका अग्रज, ज्येष्ठ, श्रेष्ठ, पूजनीय, रघुकुलका शिरोमणि, अत्यन्त सुन्दर, व्यापक, रमणीय रूप भएका रामचन्द्र भगवानलाई म प्रणाम गर्दछु ।।४।। सम्पूर्ण प्राणीहरूका हृदयमा रामरूपले रमणा

राम रम्यं व्यापकरूपं प्राणतोऽस्मि ।।५।।

रामं हस्ते बाणधनुष्कं रमणीयं
राम पीताम्बरपरिधानं सुखदं च ।
रामं भक्तत्राणपरं तं परमेशं
रामै रम्यं व्यापकरूपं प्रणतोऽस्मि ।।६।।

रामं जाग्रत्स्वप्नसुषुत्यादिकभिन्नं
रामं कामक्रोधमदाद्यै रहितं च ।।
रामं सुद्धं चिदूधनरूपं श्रुतिवेद्यं
रामं रम्यं व्यापकरूपं प्रणतोऽस्मि ।।७।।

गर्ने, सुन्दर वदन (मुख), र कमलसदृश नेत्र भएका, नीकमलका समान सुन्दररूप, व्यापक, रमणीयरूप भएका श्री रामचन्द्र भगवानलाई म प्रणाम गर्दछु ।।५।। हातमा धनुष्वाण धारण गर्ने, नाना प्रकारका रेशमी पिताम्बर धारण गर्ने, शरणागतभक्तजनहरूलाई सुख दिने, परम ईश्वर, व्यापक, रमणीयरूप भएका श्रीरामचन्द्रभगवानलाई म प्रणाम गर्दछु ।।६।। जाग्रत स्वप्न र सुषुप्ति अवस्था देखि भिन्न, काम,क्रोध, लोभ, मोह, मद र मात्सर्य देखि रहित, चैतन्य, पूर्णव्यापक, वेदान्तवाक्य द्वारा जानिने, यस्ता रमणीय रूप भएका श्रीरामचन्द्र भगवानलाई म प्रणाम गर्दछु ।।७।। बुद्धिका अन्तर्गत प्रतिबिम्ब पर्नाले नान रूप देखिने, T सत्य ज्ञान अनन्त ब्रह्मरूप भएका, विमल (निर्मम),

रामं बुध्यन्तर्गतबिम्वं बहुरूपं
रामं सत्यज्ञानमनन्तं विमलं च ।
रामं शुभ्रं तिमिरातीतं सूर्यसमं
रामं रम्यं व्यापकरूपं प्रणतोऽस्मि ।।८।।
रामनामामृतं दिव्यं पवित्रं पुण्यदायकम् ।
अर्पयाम्यष्टकं राम प्रसन्नो भव सर्वदा ।।९।।
—(भगवत् समर्चा)

इति रामाष्टकम् सम्पूर्णम्

स्वच्छ अन्धकारदेखि रहित, सूर्यका समान प्रकाशमान भएका, व्यापक, रमणीयरूप श्री रामचन्द्र भगवानलाई म प्रणाम गर्दछु ॥८॥ दिव्य पवित्र पुण्यदायक रामनामरूपी अमृतले संयुक्त भएको रामाष्टकलाई म सच्चिदानन्दरूप परमात्मा राममा समर्पण गर्दछु ॥९॥

T

पञ्चदेवका उत्तम शिला र प्रतिमा

गणेशको शिलामूर्ति

शुण्डादन्तेन दन्ताभ्यां शोभनाभ्यामलङ्कृता ।
एकेन वाऽथ दन्तेन रक्तविन्दुभिरन्विता ।।
पार्श्वभागैकवदना वक्राभ्यां शोभिता च या ।।
गणेशमूर्तिः सा ज्ञेया विघ्नाद्यौघ विनाशनम् ।।

—पुराण संग्रहे आह्निक सू०

एक सूड र दुई दाँतले सुशोभित समलङ्कृत भएको अथवा एक दाँतले सुशोभित तथा रक्तविन्दुहरूले समायुक्त, पार्श्वभागमा एक वदन र दुइ वदनले सुशोभित, विघ्नादि समुह एवं पाप समूहलाई नष्ट गरिदिने गणेशजी को मूर्ति जान्न योग्य छ (उत्तम मानिन्छ) ।

सूर्यको शिलामूर्ति

बाह्ये वाऽभ्यन्तरे वापि चक्रद्वादश संयुता ।
सूर्यमूर्तिरितिख्याता सर्व व्याधि विनासिनी ।।

—आह्निक सूत्रावलि

बाहिर अथवा भित्र द्वादश चक्रले संयुक्त भएको सूर्यको मूर्ति समस्त व्याधिलाई नाशगर्ने एवं सम्पूर्ण फल दिने वाला हुन्छ भनेर कहिएको छ ।

देवीको कुण्डलिनी शक्तिशिला ।
गर्ते वा मध्यगर्ते वा ह्योन्याकारेण चिन्तिता ।
योनेरुपरि मध्ये वा कुण्डलीभूत सर्पवत् ।।
अर्धाधिका त्रिरेखाभि र्भूषिता याशिला शुभा ।
शक्ति कुण्डलिनी सा तु देवानामपि दुर्लभा ।।
शक्ति कुण्डलिनीं देवीं नित्यं यः पूजयेन्नरः ।
इन्द्रादि दुर्लभान्भोगान् भुक्त्वा निर्वाणमाप्नुयात् ।।

—आह्निक सूत्रावलि

प्रतिमाका मध्यमा गर्त त्यो गर्त का मध्यभागमा योन्याकार तदुपरि अथवा माझमा कुम्डलाकार भएर वसेका सर्पझैं आधा रेखा अधिक तीन रेखाले शोभायमान भएको शक्तिकुम्डलिनी शिला शुभ हुन्छ । देवताहरूले पनि प्राप्त गर्न न सकिने दुर्लभाति दुर्लभ शक्तिकुण्डलिनी शिलालाई जो मनुष्य नित्य पूजा गर्दछ, त्यो मनुष्यले इन्द्रादि देवताले पनि प्राप्त गर्न नसक्ने दुर्लभ भोगलाई भोगेर निर्वाणपद (मोक्षपद) प्राप्त गर्न सक्तछ ।

नर्मदेश्वरादिको शिलामूर्ति

पक्वजम्बुफलाकारं कुकुटाण्ड समाकृति ।
भुक्तिमुक्तिप्रदं चैव वाणलिङ्गमुदाहृतम् ।।

—आह्निक सूत्रावलि

पाकेको जामुनको फलको आकार भएको, कुखुराको अण्डाको समान आकृति भएको, भुक्ति मुक्ति अर्थात् धर्म, अर्थ, काम,

मोक्ष, यी चार प्रकारका फल दिने बाणलिङ्ग हुन्छ भनेर कहिएको छ ।

सकृदभ्यर्च्चिते लिङ्गे शालग्रामशिलोद्भवे ।
मुक्तिं प्रयाति मनुजा नुनं दम्भेन वर्जिता ।।

—पद्म पु० माघ म० अ० ११

शालग्राम शिलावाट उत्पन्न भएका शिवलिङ्गलाई एकपल्ट मात्रै भएपनि पूजा गर्दछन् भने ती मनुष्यहरू अभिमानले रहित भएका छँदा मुक्तिपद प्राप्त गर्दछन् ।

वाणलिङ्गानि राजेन्द्र ख्यातानि भुवनत्रये ।
न प्रतिष्ठा न संस्कार स्तेषामावहनं तथा ।।

—भविष्य पु० धर्मसिन्धु

हे राजेन्द्र ! बाणलिङ्गहरूको ता तीनै लोकमा अर्थात् भूर्लोक भुवर्लोक र स्वर्गलोकमा पनि ख्याति छ । इनको प्रतिष्ठा, संस्कार, आवाहन, विसर्जन केही पनि हुँदैन । अर्थात् प्रतक्ष वाङ्मय मूर्तिहुन् भनेर कहिएको छ ।

गंगा प्रवाहे शालग्रामशिलायां च सूरार्चने ।
द्विजपुङ्गव ! नापेक्षे आवाहन विसर्जने ।।
शिवलिङ्गेऽपि सर्वेषां देवानां पूजनं भवेत् ।
सर्वलोकमये यस्माच्छिवशक्ति विभुः प्रभुः ।।

—बृद्धधर्म पु० अ० ५७

T

गंगाजीमा, शालग्राम शिलामा, तथा शिवलिङ्गमा सबै देवताको पूजा गर्नुहुन्छ, आवाहन र विसर्जन चाहिं गर्नु हुदैन । जुन सर्वलोकमय शिवलिङ्गमा सर्वश्रेष्ठ व्यापक सच्चिदानन्दरूप परमात्मा शिवशक्तिरूपले विराजमान हुनुभएको छ ।

शालग्राम शिलाको महत्व

शालग्रामशिला यत्र तत्र सन्निहितो हरिः ।
तत्रैव लक्ष्मीर्वसति सर्वतीर्थ समन्वित ।।

—देवी भा० नवम स्क० अ० २४

जाहाँ शालग्राम शिला हुन्छन् त्यहाँ हरि (विष्णु) सन्निहित हुन्छन् अर्थात् शालग्राम शिलामा विष्णुभगवान सदा निवास गर्नु हुन्छ । त्यहाँ नै सम्पूर्ण तीर्थसहित लक्ष्मी निवास गर्नुहुन्छ ।

यः पूजयति गोविन्दं शालग्रामे सदानरः ।
आभूतसंप्लवं यावत् न स प्रच्यवते दिवः ।।

—पदम् पु० माघ म० अ० ११

जो मनुष्य सर्वदा शालग्रामशिलामा गोविन्द (विष्णु) को पूजा गर्दछ त्यो मनुष्य प्रलयपर्यन्त स्वर्गवाट च्युत हुँदैन अर्थात् त्यस मनुष्यले पृथिवीतलमा दुःख भोग्न आउनु पर्दैन ।

गंगा गोदावरी रेवा सद्यो मुक्ति प्रदाश्च या ।
निवसन्ति स तीर्थास्ताः शालग्रामशिलाजले ।।

—पदम् पु० माघ० म० अ० ११

छिटै मुक्ति प्रदानगर्ने गंगा, गोदावरी, रेवा, नदीहरू र अन्य सम्पूर्ण तीर्थहरू शालग्रामशिलाका जलमा निवास गर्दछन् । त्यस कारण शालग्रामको चरणोदक लिँदा र शिरमा धारण गर्दा सम्पूर्ण तीर्थमा गएर स्नान गरेको पुण्य प्राप्त हुन्छ ।

द्वे चक्रे चैकलग्ने च पृष्ठं यत्र तु पुष्कलम् ।
संकर्षणं तु विज्ञेयं सुखदं गृहिणां सदा ।।

—देवी भा० स्क० ९ अ० २४

दुई चक्र भएका परस्परमा दुवै चक्रका मुख मिलेका पृष्ठभाग विशाल भएका त्यस्ता प्रकारका शालग्राम गृहस्थहरूलाई सदा सुख दिने वाला संकर्षणनामका शालग्राम हुन्छन् भनेर जान्नु पर्दछ ।

अनिरुद्धं तु पीताभं वर्तुलं चातिशोभनम् ।
सुखप्रदं गृहस्थानां प्रवदन्ति मनीषिणः ।।

—देवी भा० स्क० अ० २४

जो बाटुलो पहेँलो वर्ण भएको अत्यन्त सुशोभित छ त्यो अनिरुद्ध नामको शालग्राम हो । मनीषीहरूले त्यसलाई गृहस्थजन हरूलाई सुखदिने वाला हो भनेर कथन गरेका छन् ।

शालग्राम शिलायास्तु प्रतिष्ठा नैव विद्यते ।
महापूजां तु कृत्वादौ पूजयेत्तां ततो बुधः ।।

—स्कन्द पुराण

शालग्राम शिलाको प्रतिष्ठा गर्नुहुदैन, बुद्धिमान पुरुषले प्रारम्भमा

महान् पूजा गरेर अर्थात् नाना प्रकारको पूजाको सामाग्री तयार गरि विधिपूर्वक पूजा गरेर प्रतिदिन नित्य पूजा गर्नु ।

कम्बुश्चक्र शैलभवा नार्मदेयाऽब्जिनिपति ।
वाणो विष्णुशिला चैषां प्रतिष्ठां नैव कारयेत् ।।

—धर्मसिन्धौ

शङ्ख, चक्र, शैलभवा (पार्वती), नर्मदेश्वर, अब्जिनिपति (सूर्य), वाणलिङ्ग र शालग्रामको प्रतिष्ठा नँगर्नु ।

स्त्रीणामनुपनीतानां शूद्राणां च जनेश्वर ।
स्थापने नाधिकारोऽस्ति विष्णो वा शङ्करस्य च ।।

—वृहद्नारदीय पुराण

स्त्री जातिको र उपनयन संस्कार नगरेका विप्रहरूको एवं शूद्रहरूको शालग्राम र बाणलिङ्गको स्थापना गरि पूजा गर्ने अधिकार छैन ।

स्त्रि शुद्रो वा स्पर्श सहितं शालग्रामचक्राङ्कितबाणलिङ्गानि नार्चयेत् ।—धर्मसिन्धु

स्त्रि जाति र शुद्र जातिले स्पर्श गरेर चक्राङ्कित शालग्राम र वाण लिङ्गको पूजा न गर्नु ।

यदि भक्तिर्भवेत्तस्या स्त्रीणां वाऽपि वसुन्धरे ।
दुरादेवाऽ स्पृशन् पूजां कारयेत् सुसमाहितः ।।

—धर्मसिन्धौ

T

उपनयन संस्कार नगरेका ब्रह्मणलाई र स्त्रीजातिलाई शालग्राममा र वाणलिङ्ग (नर्मदेश्वर-शिव) मा भक्ति लागेको छ भने समाहित चित्त गरेर टाढै वाट न छोई कन पूजा गरुन् । **शालग्रामवाणयोरेव स्पर्शन निषेधो न तु प्रतिमादौ ।**

स्त्री जाति र शूद्र जातिले शालग्राम र वाणलिङ्गको स्पर्श गर्न निषेध गरेको छ, प्रतिमा आदिमा निषेध गरेको छैन ।

शालग्रामको चरणोदक

विष्णोपादामिषिक्तं यः पात्रेणैव विपेत्जलम् ।
सर्वपाप विनिनर्मुक्तः सः याति परमं पदम् ।।

—भविष्य पुराण

जो मनुष्य शालग्रामलाई अभिषेक गरेर चरणोदक पात्रमा लगाएर पिउँदछ त्यो मनुष्य समस्त पापदेखि छुटेर भगवानका परम पदमा प्राप्त हुन्छ ।

शालग्रामशिलावारि सोमपानं दिने दिने ।
पात्रान्तरेण तद् ग्राह्यं करेण सुरया समम् ।।

—पुलस्य आह्निक सू०

भगवान को चरणोक प्रतिदिन पात्रमा लगाएर ग्रहण गर्दा अमृतपान गरेको समान हुन्छ । तर त्यो जल खालि हातमा लगाएर खाँदा मदिराको समान हुन्छ, (शास्त्र हरूमा सारै निषेध गरेको छ) ।

पादोदकं पिवेन्नित्यं नैवेद्यं भक्षयेद् हरे ।

शेषं च मस्तके धार्यमिति वेदानुशासनम् ।।

—गरुड पुराण

भगवानको चरणोदक र नैवेद्यलाई नित्यग्रहण गरेर मात्रै शेष रहेको जल शिरमा धारण गरुन् भनेर वेदले अनुशासन गरेका छन् ।

एक स्थानमा दुईशालग्रामको पूजा निषेध

गृहे लिङ्ग द्वयं नार्च्यं गणेश तृतीयं तथा ।
शङ्खद्वयं तथा सूर्यौ नार्च्यौ शक्तित्रयं तथा ।
द्वे चक्रे द्वारकायाश्च शालग्राम शिला द्वयम् ।
तेषां तु पूजनेनैव उद्वेगं प्राप्नुयाद् गृहि ।।

—आह्निक सूत्रवलि

घरमा पूजा गर्दा—दुई शिवलिङ्ग एकै ठाउमाँ राखेर अर्थात् जोडेर पूजा न गर्नु । त्यस्तै प्रकारले गणेशका तीन मूर्ति, दुइशङ्ख, दुई सूर्य, तीन शक्ति, द्वारिकाका दुई चक्र, दुई शालग्राम, एकै ठाउँमा राखेर (जोडेर) पूजा नगर्नु । किनभने एकै ठाउँमा राखेर पूजा गर्दा घरमा उद्वेग हुनजान्छ शान्ति मिल्दैन (त्यस कारण उक्त अर्थ विचार गरेर पूजा गर्नु) ।

धातुमयी प्रतिमाहरूको विचार

सौवर्णी राजती वापि ताम्री रत्नमयी तथा ।
शैली दारुमयी वापि लोहसङ्गमयी तथा ।।

अंगुष्ठपर्वदारभ्य वितास्ति यावदेव तु ।
गृहेषु प्रतिमा कार्यानाधिका शस्यते बुधैः ।।

—मत्स्य पु० अ० २५८

सुवर्णका, चाँदीका, ताँबाका, पाषाण (ढुङ्गा) का, लोह-सङ्कमयी (पञ्चधातुरसमयी) का प्रतिमा हउन् । ती प्रतिमाहरूको प्रमाण अङ्गुष्ठाका पर्वबाट आरम्भ गरेर तर्जनी औंलाका शिरका पर्वसम्म मात्रका (एकवित्ता मात्रका) पाञ्चायन देवताका प्रतिमाहरुको प्रतिष्ठा गरी पञ्चदेव का प्रत्यक्ष वाङ्गमय मूर्तिलाई स्मरण गर्दै गृहस्थाश्रमीले श्रद्धाभक्ति सम्पन्न भएर आफ्ना घरमा पूजा गरुन् । एकवित्ताभन्दा अग्ला र ठुला प्रतिमाहरूको पूजा नगर्नु भनेर विद्वान् हरूले कथन गरेका छन् । (यस प्रकार पञ्चदेव देखि भिन्न अरुदेवताका प्रतिमाहरू पनि उक्त विधानले जान्नु पर्दछ) ।

शैली दारुमयी लौही लेप्या लेख्या च सैतकी ।
मनोमयी मणीमयी प्रतिमाष्टविधा स्मृता ।।

—(श्री मद्भा० ए० स्क० अ० २७)

ढुङ्गाका, काष्ठ (दाउरा) का, लौही (सुन चाँदी ताबो आदि) का, माटो चन्दन आदिका, बालुवाका, चित्रमय-(भगवानका झोटो) का, मनोमय र मणिमय (मणिमाणिक्य) का, यिनै आठ प्रकारका कहिएका छन् ।

शैली दारुमयी हैमी धात्वाद्याकार संभवात् ।
प्रतिष्ठां वै प्रकुर्वीत प्रसादे वा गृहे नृप ।।

—बृद्ध पराशर धर्मसिन्धौ

T

शिलाका (ढुङ्गाका), दाउराका, सुवर्णका, चाँदीका र ताँबो इत्यादि पवित्र धातुका प्रतिमाहरूलाई प्रतिष्ठा गरेर मात्रै राजमहलमा अथवा घरमा पूजा गर्नु। (प्रतिष्ठा नगरी फलदायक हुँदैनन्)।

एकामूर्ति न पूज्यैव गृहिणा स्वेष्टमिच्छता।
अनेकमूर्ति सम्पन्नः सर्वान्कामानवाप्नुयात्॥

—आह्निक सूत्रावलि

आफ्ना इच्छित फको इच्छा गर्ने गृहस्थजनहरूले एक मूर्तिको मात्रै पूजा नगर्नु। अनेकमूर्त्तिको पूजा गर्नाले समस्त कामना सिद्ध हुन्छन्।

चलाचलेतिद्विविधा प्रतिष्ठा जीवमन्दिरम्।
उद्वासावाहने न स्तः स्थिरायामुद्धवार्चने॥

—श्री मद् भा०ए० स्क० अ० २७

एवं चल र अचलका भेदले दुई प्रकारका प्रतिमा हरू मेरा मन्दिर मानिन्छन्। हे उद्धवजी अचल प्रतिमाको पूजा गर्दा प्रतिदिन आवाहन र विसर्जन गर्नु हुँदैन।

एवं सधैं पूजा गरी राखेका देवताका प्रतिमाहरूलाई कतिपय भक्तजन आवाहन र विसर्जन गर्दछन् ता पनि प्रतिदिन आवाहन र विसर्जन न गर्नु। (पूजागर्ने वेलामा ईश्वर सँग आज्ञा मागेर अर्थात् अब म पूजा गर्दछु भनि भगत् रूप प्रतिमालाई आफ्ना सम्मुख पारेर पूजा गर्नु पर्दछ र ईच्छित फल प्राप्त गर्नसकिन्छ)।

●

पाञ्चायन पूजागर्ने उत्तम पुष्पहरू

शङ्करस्य विल्वपत्रम्, विष्णोतुलसी, गणेशस्य दुर्वाङ्करम् ।
अम्वायाः नानाविधानि पुष्पाणि, सूर्यस्य रक्तकरवीरम् ।।

—आह्निक सूत्रावलि

शङ्करजीलाई विल्वपत्र, विष्णुलाई तुलसीपत्र, गणेशलाई दुर्वाङ्कुर, पार्वतीदेवीलाई नाना प्रकारका पुष्पहरू प्रिय लाग्दछन्, तथा सूर्यलाई रक्तकरवीरको पुष्प प्रिय लाग्दछ ।

विष्णुको पूजा गर्ने श्रेष्ठ पुष्पहरू

मालतीजातीकेतकीमल्लिकाशोकचम्पकपन्नागवकुल्लोत्पल-कुन्दकरवीरपाटलातरगपुष्पाणि अन्यानि च सुरभीणि विष्णोः प्रियाणि ।

अपामार्गभृङ्गराजखदिरशमीदूर्वाकुशदमनकविल्वतुलसी-पत्राण्युत्तरोतराधिकाप्रियाणि । तुलसी सर्वाधिका ।

—धर्मसिन्धु

मालती, जाती, केतकी, मल्लिका, अशोक, चम्पक, पुन्नाग, मौलशिरी, कमल, कन्द, करवीर, पाटला, तरग इत्यादि र अरूपनि सुगन्धित विष्णुका प्रियपुष्प (राम्रा लाग्ने पुष्प) हरू घेरै छन् । एवं अपामार्ग, भृङ्गराज, खदिर, शमी, दुर्वादल, कुश, दमनक, वेल र तुलसीपत्र उत्तरोत्तर अधिक प्रिय छन् । तुलसीपत्र सवै भन्दा अधिक प्रिय लाग्दछ ।

जातीपुष्पसहस्रेण माल्यार्पणे कल्पकोटि सहस्रं विष्णुपुरे वासः । आम्रमञ्जर्या पूजने गोकोटिदान फलम् ।

—धर्मसिन्धु

जातीपुष्पका हजारमाला समर्पण गर्ने मनुष्यको कल्पकोटि सहस्र विष्णुपुर (वैकुण्ठ) मा वास हुन्छ । आपका मञ्जरीले पूजा गरे छँदामा कोटि गोदान गरेको फल प्राप्त हुन्छ ।

विष्णुलाई न चढ्ने पुष्पहरू

शिरीषोन्मत्तगिरिजा मल्लिका शाल्मली भवैः ।
जर्कजैः कर्णिकारैश्च विष्णुनार्च्य तथाक्षतैः ।।

—पद्म पु० कार्तिक म० अ० ५

शिरीष, धतुरो, कुरैया, सिमल,अकौवा, कनेर, कर्णिका र अक्षताले विष्णुको पूजा नगर्नु ।

शिवजीको पूजागर्ने उत्तम पुष्पहरू

शिवजीलाई प्रिय लाग्ने पुष्पहरू—पटला, मन्दार, जातीचम्पक आदि धेरै प्रकारका पुष्प छन्तापनि यहाँ संक्षेपमा कहिन्छ ।

चतुर्णां पुष्पजातीनां गन्धमाघ्राति शङ्करः ।
अर्कस्य करवीरस्य विल्वस्य वकुलस्य च ।।

—धर्मसिन्धु

अर्क, करवीर, बेल, बकुल (मौलसिरी), यिनै चार प्रकारका पुष्पका सुगन्धलाई शङ्करभगवान ग्रहण गर्नु हुन्छ ।

T

दस सुवर्ण दानफलं श्वेतार्कपुष्पम् ।
ततः शहस्त्रगुणं बकुलपुष्पम् ।
एवं धत्तुरशमीपुष्पद्रोणपुष्पनीलोत्पलदलाना-
मुत्तरोत्तराणा सहस्त्रगुणत्वम् ।

—धर्मसिन्धु

दश सुवर्ण दान गरेको फल श्वेतअर्कपुष्प चढाउँदा प्राप्त हुन्छ । त्यसका सहस्त्रगुण बढ्ता बकुलको पुष्प-माला चढाउँदा प्राप्त हुन्छ । एवं धतुरो, शमीको पुष्प, र नीलकमल चढाउँदा उत्तरोत्तर सहस्त्रगुण अधिक फल दिनेवाला हुन्छ ।

नीलोत्पल सहस्त्रेण माल्यार्पणे कल्पकोटिसहस्त्रं शिवपुरे वासः । विल्वपत्रैः पूजने राजसूयस्य फलम् । करवीरस्त्रजाऽग्निष्टोमस्य । वकुलस्त्रजा वाजपेयस्य । द्रोणस्त्रजा राजसूयस्येति । सूर्यविघ्नेशादिरपि प्रायो विष्णुवत् ।

—धर्मसिन्धु

एक हजार नीलकमलका माला अर्पण गरेछँदामा कल्पकोटि सहस्त्रवर्ष पर्यन्त शिवपुर (शिवलोक) मा वास हुन्छ । एक हजार विल्वपत्रले[१] शिव पूजा गर्दा राजसूय यज्ञ गरेको फल प्राप्त हुन्छ । करवीरका पुष्पमाला चढाउँनाले अग्निष्टोम यज्ञ गरेको

---

१. पञ्चाक्षरेण मन्त्रेण विल्वपत्रैः शिवार्चनम् ।
करोति श्रद्धया यस्तु स गच्छेदैश्वरं गतिम् ॥

—ब्रह्माण्ड पुराणे

T

फल प्राप्त हुन्छ । वकुलको पुष्प (माला) चढाउनाले बाजपेय यज्ञ गरेको फल प्राप्त हुन्छ । द्रोणस्त्रजा—धानका पात र फूल सहित धानका बाला चढाउनाले राजसूय यज्ञ गरेको फल प्राप्त हुन्छ । यस्तै प्रकारले सूर्य र गणेशजीलाई पनि विष्णुका झैं पुष्पमाल्यार्पण गर्ने विधान छ ।

मणिमुक्तप्रवालैस्तु रत्नैर्ममार्चनं कृतम् ।
न गृण्हामि विना देवि विल्वपत्रैः वरानने ।
सर्वकामप्रदं चैव दारिद्रस्य विनाशनम् ।।

—धर्मसिन्धु

शङ्कर भगवान पार्वतीलाई भनिवक्सिन्छ—हे वरानने देवि ! मणि, मोती, मुगा र अनेक प्रकारका रत्नहरूले मेरो पूजा गरुन् तर बिना बेलपत्र म ग्रहण गर्दिनँ । किनभने बिल्वपत्र दारिद्र्यलाई विनाश गरेर सकल मनोरथ पूर्ण गरि दिन्छ ।

शिवजीलाई न चढ्ने पुष्पहरू

जपाकुन्दशिरीषैश्च युथिका मालती भवैः ।
केतकी भवपुष्पैश्च नैवार्च्यः शङ्करस्तथा ।।

—पद्मपुराण कार्तिक म० अ० ५

गुडहर, कुन्द, शिरीष, जूही, चमेली, केतकी, इत्यादि पुष्पहरूले शिवजीको पूजा गर्नुहुदैन ।

देवीको पूजा गर्ने उत्तम पुष्पहरू

देवीलाई चढाउने उत्तम पुष्पहरू घेरै छन् ता पनि यहाँ मुख्य पुष्पहरूको कथन गरिएको छ ।

चम्पकाम्रशमीपद्मकरवीरं च पञ्चम् ।

—देवीपुराण

चम्पक, आम्र, (आप), शमी, पद्म (कमल), करवीर, यिनै पाँच प्रकारका पुष्पहरू मुख्य मानिएका छन् ।

धान्यानां सर्वपत्रैश्च पुष्पै देंवीं प्रपूजयेत् ।
दुर्वाङ्कुरैः सिन्धुवारैः बन्धुकागस्तिसम्भवैः ।
देव्या अपि बकुलकुन्दादि सहितान्येव प्रियाणि ।।

देवीको पूजा धानका पातले र पुष्पहरूले एवं दुबो, कुन्द, सिन्धुवार, बन्धुक, तथा अगस्त्यका पुष्पहरूले गर्नू । देवीलाई[1] बकुल, कुन्द सहित यिनै पुष्पहरू प्रिय लाग्दछन् ।

गुल्गुलस्य भवेद् धूपो दीपस्यात् तिलतैलतः ।

—देवी भा० ए० स्क० अ० १७

देवीका पूजनमा गुल्गुलको धूप र तीलका तेलको दीप उत्तम मानिन्छ ।

ग्राह्य पुष्पहरू

अपर्युषित निश्चिद्रैः प्रोक्षितैर्जन्तु वर्जितैः ।
आत्मारामोद्भवैर्मुख्यैः भक्त्त्या सम्पूजयेत्सुरान् ।।

—धर्मसिन्धु

१. मल्लिका, जातीकुसुम, करवीर, सिन्धुबार, पलाश, विल्वपत्र, कुशुममन्जरिका, चमेली, आँक, मन्दार, केतकी, कर्णिकार, कदम्ब, चम्पक, इत्यादि पुष्पहरू देवीलाई प्रिय लाग्दछन् ।

T

भरखर टिपेका ताजा, छिद्र र जीवहरू न भएका, प्रोक्षणगरेका, आफ्ना वगैँचामा उत्पन्न भएका, श्रेष्ठ पुष्पहरूले भक्तिपूर्वक देवताहरूको पूजा गर्नू ।

त्याज्य पुष्पहरू

त्यजेत् कीटावपन्नादि शीर्णपर्युषितानि च ।
स्वयं पतित पुष्पाणि मलाद्युपहतानि च ।।

—धर्मसिन्धु

कीराले खाएका, भुइँमा खसेका, सुकेका, बासी, मल लागेका (अनेक जीवजन्तुहरूको बिष्टा लागेका), फोहोर ठाउँमा उत्पन्न भएका, आफैं झरेका, यस प्रकार का पुष्पहरूलाई त्यागिदिनु, अर्थात् नचढाउनु ।

निर्माल्य वस्तु

समित्पुष्पकुशादीनि वहन्तं नाभिवादयेत् ।
तद्धारी चैव नान्यान् हि निर्माल्य तद्धवेत्तयोः ।

—धर्मसिन्धु

समिधा, पुष्प, कुश हातमा लिएकालाई प्रणाम नगर्नु, आफुले लिएको छ भने पनि उसले प्रणाम न गरोस् । किनभने ती दुवैका पुष्पसमिधादि निर्माल्य हुन जान्छन् ।

तथा देवोपरिधृतं वामहस्ते धृतं च यत् ।
अधोवस्त्रधृतं चैव जलेन क्षालिनं च यत् ।

T

देवतास्तन्न गृण्हन्ति पुष्पं निर्माल्यता गतम् ।।

—भविष्य पु० धर्मसिन्धु

देवतामाथि चढ़ाएको, देबे हातमा राखे को, अधोवस्त्र (धोती) मा राखेको, पानीले धोएको पुष्प निर्माल्य हुन्छ र देवताहरू ग्रहण गर्दैनन् ।

त्याज्य र ग्राह्य वस्तुहरूको विचार

समित्पुष्पकुशादीनि ब्राह्मणः स्वयमाहरेत् ।
शूद्रानीतैः क्रयक्रीतैः कर्मकुर्वन् पतत्यधः ।।

—धर्मसिन्धु

समिधा, पुष्प, कुशादिलाई ब्राह्मणले स्वयं ल्याएर पूजादि कर्म गरोस् । शूद्रले ल्याएका समिधापुष्पादिले कर्म गर्दो छँदो अधः पतित हुन्छ ।

वर्ज्यं पर्युषितं पुष्पं वर्ज्यं पर्युषितं जलम् ।
न वर्ज्यं तुलसीपत्रं न वर्ज्यं तीर्थ जं जलम् ।।

—धर्मसिन्धु

बासी पुष्प र बासी पानी वर्जित गरेको छ, चढाउनु हुँदैन । बासी तुलसी र बासी तीर्थ को जल वर्जित गरेको छैन, चढाउनु हुन्छ । अर्थात् गंगा, यमुना, सरस्वती, र गण्डकी आदि महानदीको जल बासी हुँदैन ।

पत्रं वा यदिवा पुष्पं फलं नेष्टमधोमुखम् ।
यथोत्पन्नं तथा देयं विल्वपत्रमधोमुखम् ।।
षड्माषानन्तरं विल्वपत्रं पर्युषितं भवेत् ।
पूज्या एतेन वै देवाः सूर्यलम्वोदरं विना ।।

—आह्निक सूत्रावलि

पत्रहोस् अथवा पुष्प होस् घोप्ट्याएर न चढाउनु, जसरी उत्पन्न भएको छ त्सरीनै चढाउनु । बिल्वपत्र चाहिं घोप्ट्याएर चढाउनु । ६ महीना सम्म विल्वपत्र बासी हुँदैन, त्यहाँ देखि उता बासी हुन्छ । सूर्य र गणेशलाई बेल पत्र चढ्दैन ।

पाञ्चायन देवतालाई न चढ्ने पुष्पहरू

गणेशं तुलसीपत्रै दुर्गां नैव च दुर्वया ।
मुनिपुष्पैस्तथा सूर्यं लक्ष्मीकामो न चार्चयेत् ।।

—पद्म पु० कार्तिक म० अ० ५

लक्ष्मी—धनको इच्छा गर्ने मनुष्यले तुलसीपत्रले गणेशको, दुर्वादल (दुवा) ले दुर्गादेवीको, मुनिपुष्पले सूर्यको पूजा न गर्नु ।

शिवे विसर्जयेत् कुन्दमुत्तमं च तथा हरौ ।
देवीनामर्कमन्दारौ सूर्यस्य तरगं विना ।।

शिवजीलाई कुन्द, विष्णुलाई धतुरो, देवीलाई आँक र मन्दार, सूर्यलाई तरगको पुष्प न चढाउनु ।

T

निषेध उपहार

नाक्षतैरर्चयेद् विष्णुं न तुलस्या गणेश्वरम् ।
दुर्वाभिः नार्चयेद् दुर्गां केतकै र्न महेश्वरम् ।।

—देवी भा० ए० स्क० अ० १७

अक्षताले विष्णुको, तुलसीले गणेशजीको, दुर्वाका दलले दुर्गा देवीको र केतकीका पुष्पले महेश्वर—शिवजीको पूजा नगर्नू ।

नाङ्गुष्ठैः मर्दयेद् देवं नाधः पुष्पैः समर्चयेत् ।
कुशाग्रै र्न क्षिपेत्तोयं वज्रपातसमं भवेत् ।।

—आचारमयुख आह्निक सू०

देवतालाई अङ्गुष्ठाले नमिच्नु अर्थात् अङ्गुष्ठाले मिचेर नधुनु, देवताका मूर्तिबाट उँधो खसेका पुष्पहरूले फेरि पूजा नगर्नू । कुशका अग्रभागले देवताहरूलाई जल नछर्कनु, विपरीत काम गर्दा बज्रपातको समान हुन्छ ।

ताम्रस्थितं पञ्चगव्यं जलं पल्ल्वलसंस्थितम् ।
आत्मार्थं पाचितं चान्नमामिषं चोच्यतेबुधैः ।।

—पद्म पु० कार्तिक म० अ० ७

ताँबाका पात्रको दुध (पञ्चकव्य), साँना तलाउबाट भरेको पानी, आफ्नालागि पकाएको अन्न (भगवानलाई भोग नलादकन र अतिथिहरूलाई नदिईकन आफ्नालागि मात्रै पकाएको अन्न) लाई, विद्वान् ज्ञानीजनहरूले मांसझैं हुन्छ भनेर कथन गरेका छन् ।

हरिहर पूजामा तुलसीमञ्जरीको महत्व

तुलसी मञ्जरीभिर्यःकुर्यात् हरिहरार्चनम् ।
न स गर्भगृहं याति मुक्तिभागी न संशय ।।

पद्म पु० कार्तिक म० अ० १८

जो मनुष्य तुलसीका मञ्जरीले विष्णु र शिव को पूजा गर्दछ, त्यसको पुनः गर्भवास हुँदैन, त्यो अवश्य मुक्तिको भागी हुन्छ ।

क्षमा प्रार्थना

मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सूरेश्वर ।
यत् पूजितं मया देव परिपूर्णस्तदस्तु मे ।।

—पद्म पु० कार्तिक म० अ० ५

हे देवताका स्वामी ! हे भगवन् ! म मन्त्रले भक्तिले क्रिया (कर्म) ले हीन छु । हे देव ! मैले जानी न जानी श्रद्धासहित गरेका पूजा (शुभ कर्महरू) लाई परिपूर्ण गरिदिनुहओस् ।

सुशातिर्भवतु ।

T

T

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

T

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

T

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

T

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri